

食欲を引き出し楽しい食事へ

# 普通食

中東遠総合医療センターは2013年、静岡県の中東遠地区の基幹病院として市民病院を統合して開院された。災害拠点病院の役割や感染症指定医療機関として新型コロナウイルス感染症患者の治療も行っている。「病院の食事はおいしくない」というイメージを払拭すべく「おいしさ」を追求した食事を提供。食欲を促しながら、喫食量の増加をめざしている。



「中東遠」の「C」のボースで一体感のある栄養室の皆さん。臨床栄養とフードサービスを2本社として取り組んでいる

掛川市・袋井市病院企業団 中東遠総合医療センター  
静岡県掛川市高瀬ヶ池1-1  
病床数：500床(うち一般病床496床、感染症病床4床)  
栄養室：管理栄養士8人  
調理師：シダックスフードサービス株式会社  
(管理栄養士4人、栄養士6人、調理師11人、調理員21人)



写真提供＝中東遠総合医療センター

## 心のこもった食事で 入院患者さんの健康を 支えます

行っています。

入院患者さんには複数の基礎疾患をもつ高齢者が多く、さまざまな疾患に対応した栄養管理や治療食の提供が必要とされます。一方で、摂食嚥下障害も基礎疾患もなく、特別な食事制限を必要としない方が対象の普通食では、患者さんがおいしさを感じ満足していただけるよう力を入れています。

入院中はさまざまな要因で食欲不振を訴える方は少なくありません。栄養状態を保つためにも、無理なく完食できる食事、つまりおいしい食事であることが必要だと考えています。また、新型コロナウイルス感染症の感染対策によりご

**当** 院は急性期

病棟でありスピード感のあるリアルタイムな栄養管理が求められます。全病棟に担当管理栄養士を配置し、毎日ミールラウンドを実施。各診療科のカンファレンスや回診に管理栄養士も出席し、他職種と連携しながら日々食事調整や栄養管理を

族との面会も難しい現在、入院中の患者さんの中には「食事が唯一の楽しみ」とおっしゃる方もいらっしゃいます。食事が患者さんにとって支えとなり得るからこそ、おいしい病院食は、栄養室にとって譲れないこだわりです。

当院では加工食品や冷凍食品はなるべく使用せず、新鮮な食材を仕入れて手作りで野菜の仕込みから調理まで行っています。朝は和食と洋食から選択でき、なかでも洋食の焼き立てパンは香りがよく人気のメニューです。料理のメニューだけでなく温度管理にも配慮し、患者満足度を重視した食事づくりに取り組んでいます。

このようなフードサービス実現のためには委託給食会社の協力が欠かせません。密に連携し毎月企画している行事食やイベントメニューを一緒に作り上げており、日々の食事はもちろん季節感の演出やイベントも大切にしています。

栄養室 室長／天野 香世子さん

地元食材を使った手づくりの  
おいしい食事に  
こだわっています



●中東遠総合医療センター「普通食」1週間メニュー

	朝	昼	夕	1日分の栄養成分
12/11 (日)	<ul style="list-style-type: none"> <li>ご飯 付)鯛みそ</li> <li>じゃがいものみそ汁</li> <li>ひじき草</li> <li>ほうれん草のお浸し</li> <li>牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ご飯</li> <li>白身魚の竜田揚げ</li> <li>筑前煮</li> <li>カニカマの酢の物</li> <li>フルーツ杏仁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ご飯</li> <li>ハンバーグ</li> <li>オニオンスープ</li> <li>大根サラダ(ノンオイル青じそドレッシング)</li> <li>らっきょう漬け</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>エネルギー.....1898kcal</li> <li>たんぱく質.....71.7g</li> <li>脂質.....50.3g</li> <li>炭水化物.....308.5g</li> <li>食塩相当量.....7.1g</li> </ul>
12/12 (月)	<ul style="list-style-type: none"> <li>ご飯</li> <li>卵のみそ汁</li> <li>五目豆煮</li> <li>塩コンブ和え</li> <li>ヨーグルト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ご飯</li> <li>けんちん汁</li> <li>サバのみそ煮</li> <li>合わせ漬</li> <li>水ようかん</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ご飯</li> <li>チキンカツ</li> <li>じゃがいも含め煮</li> <li>アーモンド和え</li> <li>きゃらぶき</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>エネルギー.....1848kcal</li> <li>たんぱく質.....75.6g</li> <li>脂質.....43.8g</li> <li>炭水化物.....303.5g</li> <li>食塩相当量.....7.1g</li> </ul>
12/13 (火)	<ul style="list-style-type: none"> <li>ご飯</li> <li>白菜のみそ汁</li> <li>笹かまぼこ</li> <li>なすのみそ炒め</li> <li>牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ご飯</li> <li>かぼちゃクロック</li> <li>牛肉ともやしのソテー</li> <li>シーフードサラダ(ノンオイル青じそドレッシング)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ご飯</li> <li>ホックのバター焼き</li> <li>のっぺい汁</li> <li>ごま和え</li> <li>キウイフルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>エネルギー.....1789kcal</li> <li>たんぱく質.....75.8g</li> <li>脂質.....46.3g</li> <li>炭水化物.....282.9g</li> <li>食塩相当量.....7.1g</li> </ul>
12/14 (水)	<ul style="list-style-type: none"> <li>ご飯 付)味噌汁のり</li> <li>豆腐のみそ汁</li> <li>ちりめん佃煮</li> <li>あчыら漬</li> <li>牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ご飯</li> <li>サケのみそチーズ焼き</li> <li>肉じゃが</li> <li>ほうれん草のお浸し</li> <li>プリン</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>さくらめし</li> <li>伏見卵</li> <li>とろろ昆布の漬汁</li> <li>五目和え</li> <li>バナナ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>エネルギー.....1892kcal</li> <li>たんぱく質.....83.3g</li> <li>脂質.....45.7g</li> <li>炭水化物.....298.9g</li> <li>食塩相当量.....8.0g</li> </ul>
12/15 (木)	<ul style="list-style-type: none"> <li>ご飯 付)のりの佃煮</li> <li>白菜のみそ汁</li> <li>がんとんの含め煮</li> <li>なまけおろし</li> <li>Sunkist くだもの栄養+Fiber②</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ご飯</li> <li>照り焼きチキン</li> <li>生野菜サラダ(ごまドレッシング)</li> <li>かぼちゃ煮</li> <li>りんご</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ご飯</li> <li>イワシの蒲焼き</li> <li>大根のそぼろ煮</li> <li>ササミの酢の物</li> <li>たくあん漬</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>エネルギー.....1844kcal</li> <li>たんぱく質.....66.2g</li> <li>脂質.....44.1g</li> <li>炭水化物.....313.5g</li> <li>食塩相当量.....7.2g</li> </ul>
12/16 (金)	<ul style="list-style-type: none"> <li>ご飯 付)ふりかけ</li> <li>豆腐のみそ汁</li> <li>海風炒り卵</li> <li>生野菜サラダ(オーロラソース)</li> <li>牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ご飯</li> <li>白身魚の西京焼き</li> <li>ちわわのお浸し</li> <li>そばサラダ</li> <li>ヨーグルト和え</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ちらし寿司</li> <li>なすの炒め煮</li> <li>はんぺん汁</li> <li>金時煮豆</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>エネルギー.....1945kcal</li> <li>たんぱく質.....74.8g</li> <li>脂質.....50.5g</li> <li>炭水化物.....304.3g</li> <li>食塩相当量.....8.6g</li> </ul>
12/17 (土)	<ul style="list-style-type: none"> <li>ご飯 付)のりの佃煮</li> <li>玉ねぎのみそ汁</li> <li>厚揚げ卵</li> <li>ごま和え</li> <li>ヨーグルト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ご飯</li> <li>鶏肉のワイン蒸し</li> <li>ごぼうのおかか煮</li> <li>マカロニサラダ</li> <li>キウイフルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ご飯</li> <li>白身魚のフライ</li> <li>生野菜サラダ(和風ドレッシング)</li> <li>れんこんのさんぴら</li> <li>刻みはき漬</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>エネルギー.....1885kcal</li> <li>たんぱく質.....74.6g</li> <li>脂質.....46.8g</li> <li>炭水化物.....300.1g</li> <li>食塩相当量.....7.3g</li> </ul>

## 共通理解が嚥下調整食の質を高めていく



誤嚥や窒息を抑えし経口摂取を継続するための食事として、嚥下調整食の必要性は多くの病院・施設内に広がっていることだろう。では実際、自施設でどのような食形態が提供されているのか、味や栄養価を含む情報は他職種に共有されているだろうか。また、嚥下調整食は調理が煩雑で物性の安定に難渋することも少なくないが、厨房スタッフは、どのような患者に嚥下調整食が提供されるのかを理解しているだろうか。

中東遠総合医療センターは2017年、院内の言語聴覚士に向けた嚥下調整食の試食会を実施したことをきっかけに、毎年、「嚥下食会議」を開催している。参加するのは、同院の管理栄養士、言語聴覚士、委託給食会社スタッフであり安全でおいしい嚥下調整食を提供するための意見交換の場となっている。また、会議というかたちだけではなく、実際に調理を行っている委託給食会社の栄養士が言語聴覚士の嚥下調整食の調理に同行し、嚥下調整食がどのような患者に提供されるのかを目にする。一方で、言語聴覚士は嚥下調整食の調理を見学するなど、共通理解を深めて互いの強みが発揮される取り組みを行っている。これにより、言語聴覚士からは「実際に嚥下調整食を食べることで味や物性を実感でき、患者さんの対応にも活かしている」「当院の嚥下調整食は手が入っていて、想像よりもおいしいことがわかった」という声が、委託給食会社の栄養士からは「言語聴覚士がとろみ加減を提示してくれ、調理の参考になった」との感想が寄せられ、双方から良好な反応が得られているという。

多職種連携が必要不可欠ななか、同院では病棟から厨房までを切れ目なくつなぎながら、嚥下調整食の改良や誰がつくっても安定した物性へ仕上げるための仕組みづくりに試行錯誤を重ねて取り組んでいる。



# 昼食

Lunch

# 朝食

Breakfast



Pick up recipe

サワラの風味漬け焼きは、定番の煮魚や焼き魚ではなくひと手間加えた当院いち推しのメニューです。しょうがを効かせた少し甘味のあるたれで、野菜と一緒にさっぱりと召し上がっていただけます。また、大根おろしにはにんじんおろしも加え、彩りを工夫しました。

## 【材料と1人分の分量 (g)】

● ご飯	
米飯	180.0
● サワラの風味漬け焼き(※レシピ参照)	60.0
しょうゆ	3.0
A みりん	2.0
酒	2.0
玉ねぎ	20.0
ピーマン	5.0
サラダ油 (a)	1.0
大根	60.0
にんじん	5.0
しょうが	3.0
サラダ油 (b)	1.0
しょうゆ	8.0
B みりん	5.0
砂糖	4.0
酒	3.0
● なすのみそ炒め	
なす	70.0
ピーマン	10.0
サラダ油	3.0
砂糖	3.0
みそ	5.0

## サワラの風味漬け焼き

- Aを混ぜ合わせ、サワラを10分漬け込む
- 玉ねぎとピーマンを千切りにし、熱したフライパンにサラダ油 (a) を引いて炒める
- 大根、にんじん、しょうがをすりおろし、②を入れて混ぜ合わせる
- ホテルパンにサラダ油 (b) を引き、③を並べる。コンビモード(60%)・180℃に設定したスチコンで、中心温度が75℃になるまで加熱する
- 鍋でBを軽く煮立たせる
- 皿に④、⑤の順に盛り付け、⑥をかける



Pick up recipe

数種類のパンを日替わりで提供している焼き立てパンは当院自慢の一品。やぶきたロールは、やぶきた茶の茶葉を練り込んだ静岡県ならではのパンです。地元の熟練のパン職人が手間をかけてつくるパン生地(冷凍)を納品し、当院の厨房で発酵させてから焼き上げています。焼き立てのパンの香りが食欲をそそると好評です。

## 【材料と1人分の分量 (g)】

● 焼き立てパン(※レシピ参照)	
やぶきたロール	90.0
● 洋風炒り卵	
卵	50.0
玉ねぎ	20.0
ミックスベジタブル	20.0
こしょう	0.02
顆粒コンソメ	0.2
バター	2.0
サラダ油	1.0
● 生野菜サラダ(オーロラソース)	
キャベツ	30.0
きゅうり	20.0
にんじん	5.0
ローズハム	10.0
マヨネーズ	10.0
ケチャップ	3.0
● フルーツ	
オレンジ	50.0
● 牛乳	
牛乳	200.0

## 栄養成分

エネルギー	620kcal
たんぱく質	26.3g
脂質	28.8g
炭水化物	68.9g
食塩相当量	2.6g

## 栄養成分

エネルギー	679kcal
たんぱく質	23.9g
脂質	16.6g
炭水化物	116.0g
食塩相当量	2.8g

## 焼き立てパン

- パン生地(冷凍)を発酵機で解凍発酵させる
- ホテルパンに①を並べ、ホッティアモード・175℃に設定したスチームコンベクションオープン(スチコン)で8分焼成する。焼き上がったら皿に盛り付ける

# 行事食

Event meal

# 夕食

Dinner



クリスマス  
メニュー  
わくわくを届ける

Pick up  
recipe

ひれ肉のソースマリネは病院食の主菜では珍しく、冷やして提供する肉料理です。豚ひれ肉を使って軟らかく仕上げ、彩り豊かな野菜のマリネソースと合わせました。肉と野菜は別々にソースと絡めてから盛り付け、見た目の美しさにも配慮しています。ショートケーキを添えて、わくわくするクリスマスの特別感を演出したメニューです。

## 【材料と1人分の分量 (g)】

●ご飯  
米飯……………180.0

●ひれ肉のソースマリネ(※レシピ参照)  
豚ひれ肉……………60.0  
玉ねぎ……………20.0  
にんじん……………10.0  
ピーマン……………5.0  
ウスターソース……………8.0  
A とんかつソース……………8.0  
ケチャップ……………7.0  
サラダ油……………5.0  
サニーレタス……………10.0

●れんこんのきんぴら  
れんこん……………60.0  
ごま油……………3.0  
砂糖……………3.0  
しょうゆ……………4.0  
白りごま……………2.0  
粉とうがらし……………0.01

●キャベツのかきたまスープ  
キャベツ……………20.0  
玉ねぎ……………10.0  
トマト……………10.0  
卵……………15.0  
顆粒コンソメ……………0.5  
塩……………0.3  
水……………80.0

●クリスマスケーキ  
いちごショートケーキ……………47.0  
みかん(缶)……………10.0

## 栄養成分

エネルギー……………716kcal  
たんぱく質……………25.2g  
脂質……………21.1g  
炭水化物……………109.6g  
食塩相当量……………2.8g

## ひれ肉のソースマリネ

- ①玉ねぎとにんじん、ピーマンをそれぞれ千切りにする。沸騰した湯(分量外)でゆで、火が通ったら水気をしっかり切る
- ②サラダ油を引いたホテルパンに豚ひれ肉を載せる。スチームモード・100℃に設定したスチコンで中心温度が75℃になるまで加熱し、粗熱をとって薄くスライスする
- ③Aを混ぜ合わせて半量ずつに分ける。①と②をそれぞれ漬け込み冷蔵庫で冷やす
- ④皿にサニーレタスを敷き、③の豚ひれ肉をマリネソースに絡めながら盛り付け、野菜マリネソースをその上に載せる



Pick up  
recipe

鶏肉のトマト煮込みの鶏もも肉は白ワインで蒸すことで、臭みを抑え軟らかく仕上げました。蒸したあとの煮汁にトマトソースに加えると、酸味がまろやかになり深みのある味になります。トマトソース料理と相性のよいエビピラフは、バター風味が香るやさしい味付けにしました。

## 【材料と1人分の分量 (g)】

●エビピラフ  
米飯……………180.0  
むきエビ……………20.0  
ミックスベジタブル……………30.0  
バター……………3.0  
顆粒コンソメ……………1.0  
塩……………0.5

●鶏肉のトマト煮込み(※レシピ参照)  
鶏もも肉……………90.0  
白ワイン……………6.0  
玉ねぎ……………30.0  
マッシュルーム(水煮)……………30.0  
サラダ油……………1.5  
A トマト(缶)……………35.0  
ケチャップ……………4.0  
塩……………0.5  
A しょうゆ……………0.1  
粉バセリ……………0.1

## ●フレンチサラダ

じゃがいも……………50.0  
牛乳……………15.0  
バター……………2.0  
こしょう……………0.02  
塩……………0.1  
レタス……………15.0  
きゅうり……………15.0  
にんじん……………5.0  
ローズハム……………5.0  
フレンチドレッシング……………15.0

## ●かぶのゆず和え

かぶ……………40.0  
かぶの葉……………10.0  
ゆず……………1.0  
砂糖……………5.0  
酢……………8.0

## 栄養成分

エネルギー……………652kcal  
たんぱく質……………32.1g  
脂質……………18.1g  
炭水化物……………91.8g  
食塩相当量……………2.9g

## 鶏肉のトマト煮込み

- ①鶏もも肉をひと口大に切り、白ワインと合わせる。スチームモード・100℃に設定したスチコンで中心温度が75℃に達するまで加熱する
- ②サラダ油を熱したフライパンで薄くスライスした玉ねぎ、マッシュルームの順に炒める。全体に火が通ったらAを加えてさらに炒める
- ③②に①を煮汁ごと加えて、軽くとろみが付くまで煮詰める
- ④皿に③を盛り付け、粉バセリを振る