

# “熊循”栄養科だより 2016年冬号

新しい年を迎え、みなさまいかがお過ごしでしょうか。今年は暖冬で過ごしやすいお正月だったのではないかと思います。これからインフルエンザやノロウイルスの流行する季節となります。基本の手洗いうがいはもちろん、しっかりと栄養をとって健康に過ごしたいですね。



今年もよろしく  
お願いします

## 御幸校区 健康ウォーク に参加しました！

平成27年11月15日、今年も御幸校区 健康ウォークが行われ、当院も健康ブースを開設しました。

今年も当院ブースのテーマは『糖尿病予防』。糖尿病クイズに答えていただいたり、無料の血糖測定や糖尿病療養指導士による健康相談を行いました。

御幸校区には糖尿病予備軍の方が多くを知ってもらい、予防や治療の意識をもっといただくきっかけになったのではないかと思います。



糖尿病予防のための適切な果物の摂取量を展示し、管理栄養士が説明しました。

糖尿病療養指導士の資格を持つ管理栄養士、看護師による健康相談。熱心に相談されていました。



## “熊循食”のご紹介

年末年始は行事食が多い時期でした。私たち栄養科スタッフは年に一度のイベントの食事を楽しんで創りましたので、ご紹介いたします。

### 2015年 クリスマス



#### ～ランチ～

クリスマスらしい彩りにこだわりました。



#### ～ディナー～

クリスマスカードはスタッフ全員で一枚一枚でいねいに心をこめて手作りました。



今年は糖尿病の患者さまにもケーキを召し上がっていただけるよう、糖尿病患者さま用のローカロリーケーキを手作りました！

入院中は季節を感じる事がむずかしい患者さまにもクリスマス気分を味わっていただけるよう、心をこめてお食事を提供いたしました。

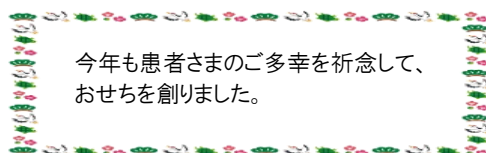
### 2016年 お正月



#### ～元日 朝食～



#### ～元日 昼食～



今年も患者さまのご多幸を祈念して、おせちを創りました。



お品書きカードにつけた折り紙の「梅の花」は、栄養科スタッフ全員でひとつひとつ心をこめて折りました。



## 1月11日は鏡開きです

お正月は年神様をお迎えする行事で、鏡餅は年神様へのお供え物です。その鏡餅を開くことで年神様を見送り、お正月に一区切りをつける行事が鏡開きです。鏡餅を「切る」という言い方は切腹を連想させ縁起が悪いとされているので「開く」と表現し、包丁は使わずに手や木槌などで割るのが正しい開き方のようです。

“熊循”でも、1月11日にはぜんざいを提供する予定です。

