

## 患者会調理実習 実施報告

当院では、患者会との調理実習も行っています。

和気あいあいと楽しく行っています。

そんな様子を報告させていただきます。

2012年度 9月9日(日) 三浦患者会調理実習

【日時】 2012年9月9日(日) 10時～14時

【場所】 京急三浦海岸駅近くの南下浦市民センター

【参加者】 三浦患者会の15名(家族参加も含む)と、管理栄養士2名。

\*\*\*\*\*調理実習：テーマ「夏バテ防止メニュー」\*\*\*\*\*

### ～実習風景～

大ファミリー?!

自己紹介から始まり、初めての方も、夫婦で参加の方も、いつの間にか皆さん和気あいあい♪





カレーの良い香り



秘密の談話中？



笑顔が素敵な  
花形方

時折笑い声も聞かれながら、  
皆テキパキと作業していました。



盛り付け風景

盛り付けして、テーブルへ運びます。  
さりげなく男性が・・・。

## わらび餅

### 力仕事で男性参加

女性が練っていましたが、  
段々かたくなると、男性登場。

## ビーフンサラダ

### 新しい発見!?

普段あまり使わない食品  
に、「茹で具合どう？」の  
会話が飛び交います。

## おくらとトマト和え

### 一番人気

食感もよく、さっぱり。  
食欲のない時に、  
ぴったりねと好評。

この様に出来ました!

## しそみようがご飯

### 酢飯にすれば・・・100点?

酢飯の方がよかったのでは?との意見が  
ありました。酢と砂糖=1:1で減塩酢飯  
にするとよいですね。塩はなしですよ。

## 鮭のムニエル(カレー風味)

### メイン料理♪カレー味

元日本料理をされていた女性  
が、こんがり焼いてくれました。

## ～試食タイム～

しっかり味がついて  
いて、薄味が気にな  
らなかった。  
(1食 塩分 1.9g)

品数が多くて、こん  
なにも食べてよいの  
だと思った。



～栄養講義～

パワーポイントを使用して行ないました。

今回の講義内容は

- リンって何？高いと、どうなるの？
- 防ぐ為の方法を具体的に見ていきましょう。
- リンの多い食品の確認していきましょう。
- リンの薬ってどんなことをしてくれるの？

皆さん真剣に聞いてくださいました。  
リン管理の大切さ、上手く伝えられたでしょうか？？



最後に、特殊食品のサンプルを配布♪お土産も貰えるの？と笑顔も見られました。  
怪我なく、無事終了。

次回もお楽しみに・・・。