

# 栄養科だより

Vol.2 平成28年7月 発行  
外旭川病院 栄養科

## 外病栄養士のお仕事紹介

栄養士の仕事と聞くと、給食を作る人、献立を考える人というイメージがありますが、それだけではありません。今回は私たち栄養士の仕事内容についてご紹介します。

### 【給食管理】

上記のような、皆さんのイメージにある仕事です。当院では、献立は（株）フォーエバーの栄養士さんが作成し、調理師さんが給食を作っています。

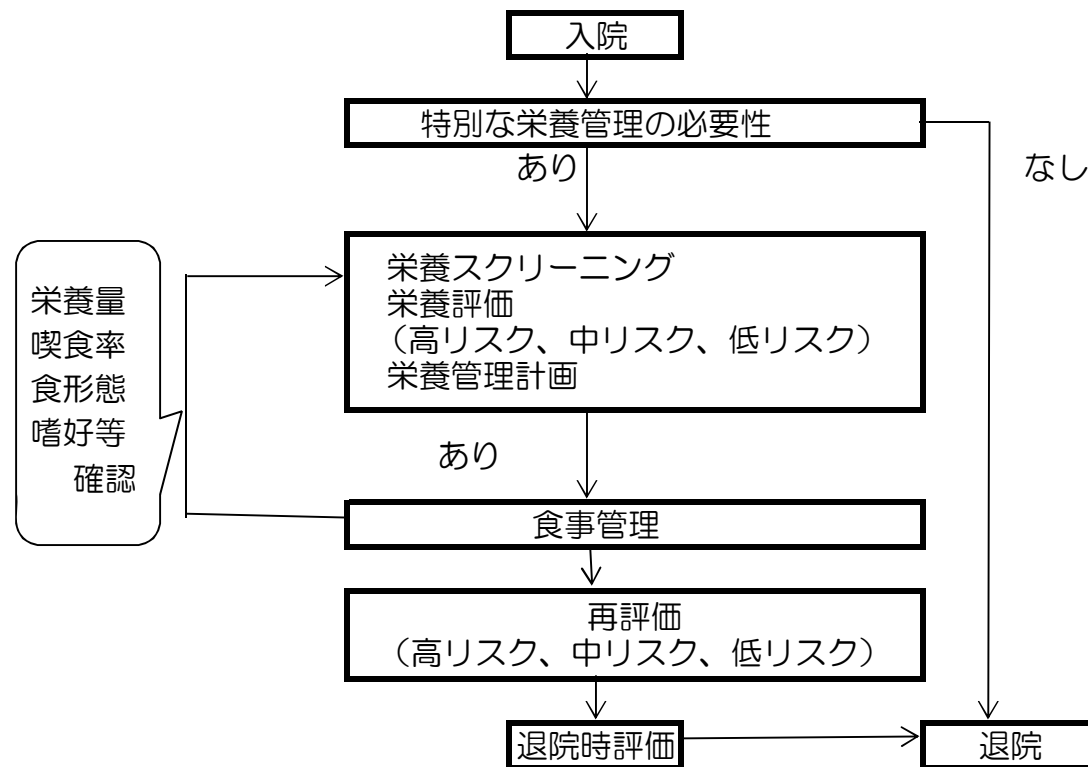
病院の栄養士は、給食が安全で、おいしく、患者さんに適したものが確認しています。

- ・給食の安全のために、栄養士・調理師の衛生管理、食材管理、温度管理等食中毒予防をします。
- ・おいしい給食を目指して、医師・栄養士の検食、嗜好調査、残食調査を行っています。
- ・給食が患者さんに適切か、定期的に病室訪問し患者さんにお話しを伺います。
- ・月1回、給食ミーティングを開催し、業務改善に取り組んでいます。

### 【栄養管理】

入院患者さんの栄養管理体制は以下の通りです。

入院時、特別な栄養管理の必要性の有無を確認し、必要な場合は患者さん一人一人の栄養管理計画を作成し、食事と一緒に栄養管理をします。



その他、入院・外来の栄養指導をしています。栄養指導を受けてみたいという方は、主治医にご相談ください。

例) 糖尿病、高血圧、脂質異常症、腎臓病、肥満、嚥下食、がんの食事等



## 栄養成分表示の義務化



私たちが普段買っている商品のパッケージには様々な情報が載っています。H27年4月1日に食品の表示について定めた新しい法律「食品表示法」が施行されました。今回は栄養成分表示が義務化されたものと、強調表示の基準についてご紹介します。

### ○栄養成分表示が義務化された栄養成分

(ナトリウム塩を添加している場合)

栄養成分表示		食品単位当たり	
熱量	〇〇kcal	炭水化物	■ ■ g
蛋白質	△g	食塩相当量	☆☆g
脂質	□□g		

食品の単位は、100g、100ml、1食分、1包装、その他の1単位の量を表示します。

(ナトリウム塩を添加していない場合)

栄養成分表示		食品単位当たり	
熱量	〇〇kcal	炭水化物	■ ■ g
蛋白質	△g	ナトリウム	▼▼mg
脂質	□□g	(食塩相当量☆☆g)	

### ○強調表示の基準

表の基準より小さい数値

→「無、ゼロ、ノン等」の表示可

栄養成分	食品100g 当たり	液状食品 100ml当 たり
熱量	5kcal	5kcal
脂質	0.5g	0.5g
飽和脂肪酸	0.1g	0.1g
糖類	0.5g	0.5g
ナトリウム	5mg	5mg



### カロリー控えめ

表の基準値以下の数値

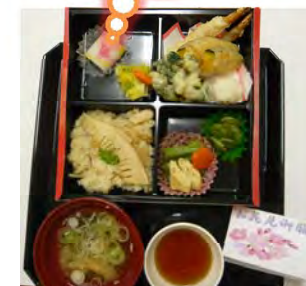
→「低、控えめ、少、ライト、ダイエット等」の表示可

栄養成分	食品100g 当たり	液状食品 100ml当 たり
熱量	5kcal	5kcal
脂質	0.5g	0.5g
飽和脂肪酸	0.1g	0.1g
糖類	0.5g	0.5g
ナトリウム	5mg	5mg



## 行事食のご紹介

4月 お花見御膳



6月 選択食  
(ラーメン・天津飯)



### ～編集後記～

いよいよ夏本番ですね。秋田の夏は竿燈や花火大会など楽しみがたくさんあります。夏バテではせっかくの楽しいイベントがもたないないので、栄養と休憩取りながら乗り切りましょう。(小谷野)