



栄養状態はどう評価している？

体が栄養不足の状態だと、筋肉量や筋力が低下したり（=サルコペニア）、心身の虚弱から介護が必要な状態（=フレイル）になるリスクが高いといわれています。こうした栄養不足の兆候に対して早期に診断・介入することで、その後の回復やQOLの維持・向上に繋げることができます。

当院では、入退院センターや入院後の病室で管理栄養士が問診を行った際、患者さん一人ひとりの栄養状態を下記の点に注目してチェックしています。

ポイント

- ◆体重や筋肉力の変化（痩せてきていないか）
- ◆食欲や食事量（しっかり食べられているか）
- ◆体の炎症や病気の状態



患者さんへのお願い

・体重の変化や食欲について等、食事について気になることがあれば管理栄養士へお知らせください。

・筋肉量の変化を簡易的にチェックするため、下腿周囲長の測定をお願いする場合があります。ご協力お願いいたします。



膝を90度に曲げた状態で、ふくらはぎの最も太い部分を測定します



11月の行事食

11月 3日（月）夕食
文化の日



- ・さつま芋ご飯
- ・鶏肉の葱味噌焼き
- ・炊き合わせ
- ・おくらの梅肉和え
- ・えいようかん

11月23日（日）夕食
勤労感謝の日



- ・山菜ご飯
- ・信田巻き
- ・ブロッコリーのドレッシング和え
- ・果物



12月の行事食

12月24日（水）夕食
クリスマス



- ・ピラフ
- ・フライドチキン
- ・サラダ
- ・ケーキ



12月31日（水）夕食
大晦日



- ・年越しそば
- ・押し寿司
- ・魚の照り焼き
- ・煮物
- ・菜の花の和え物
- ・練り切りと黒豆
- ・花型みかん

