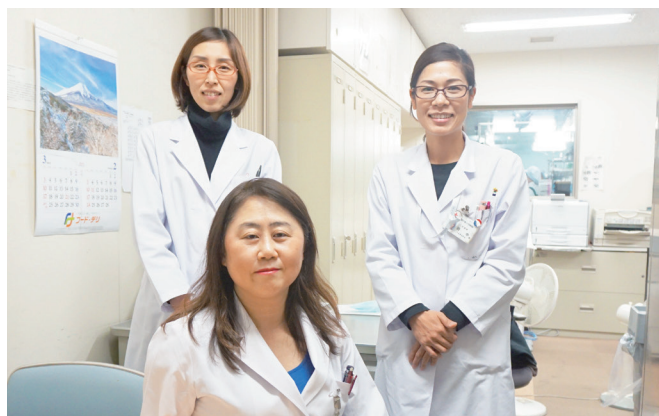




臨床や給食現場で活躍している、管理栄養士さんや調理師さんを直撃インタビュー！
日々の栄養食事指導やイベント、大量調理に「パルゼロ®」を使いこなすテクニック&ヒントが満載です！

手作りデザートは患者さんの心を豊かに



＜栄養課 管理栄養士の先生方＞

日本赤十字社 神戸赤十字病院

住 所：〒651-0073 兵庫県神戸市中央区脇浜海岸通1丁目3番1号
総 病 床 数：310 床
人 員 構 成：管理栄養士5名、調理係長（専門調理師）1名と調理師6名
給 食：直営（一部業務委託）、計41名体制

栄養課のご紹介

患者さん一人一人の病状が違うように、指導内容も違います。分かりやすい言葉で、興味を持っていただける説明を心掛けています。管理栄養士の言っていることは、「つまらん、分からない、面白くない」と思っている患者さんがおられましたら、当院の楽しい食事栄養指導がおすすめです。入院中のお食事は、「自分の家族が入院したら!」、そんな気持ちで調理師が中心となって、おいしいお食事が提供できるよう日夜工夫しています。

👉 指導編

“甘みは楽しむもの” ～低カロリー甘味料は選択肢の一つ～

栄養課 管理栄養士 岩野 智栄美先生

我慢させるのではなく、生活に甘みを上手に取り入れてストレス軽減

これはダメ、あれはダメとは言いたくありません。そんな時は「この食習慣を続けていたら、10年後はどうなると思う?」と問いかけ、患者自身に問題点を気づかせるように指導しています。我慢させるだけじゃ継続できません。低カロリー甘味料を上手に使うことで「甘み」も楽しむことができます。治療やリハビリを続けていくためには、ストレスを軽減してあげることも大切です。ただし、あくまでも「甘みはお楽しみ程度に」。栄養食事指導では患者さんの食事内容だけでなく、性格やインテリジェンス、経済力、家族の存在や理解度など、パーソナルな情報も聞き出すようにしています。その人に合った指導法を患者さんと一緒に見つけ、メンタルケアも含めた指導を心掛けています。

病棟で患者さんに寄り添う指導

当院では日々の栄養食事指導の中で、カロリーコントロールや糖質の摂取量を控える必要がある方に対し、選択肢の一つとして糖類ゼロの低カロリー甘味料を紹介しています。栄養課では火～金曜日の週4回、病棟のデイルームで昼食会を開き、管理栄養士が患者さんの昼食に付き添って指導をしています。退院後のサポートとして、基本的な食事の摂り方のポイントから、ごはんの量、外食の選び方、甘味料の選び方や使い方についても紹介しています。



＜月に1回開催されている集団指導の様子＞
「健康食のコツ」と題して、献立のたて方、毎日の食事の選び方、外食時の注意点などを指導。

スティックタイプは持ち歩きにぴったり

「パルスイト®。カロリーゼロ」は砂糖に近い甘みが特徴で使いやすく、持ち歩きに便利な小袋のスティックタイプがあるのでおすすめです。外出先でも使えるため、患者さんのライフスタイルに合わせて紹介しています。一人暮らしの高齢者や単身世帯など、計量をして料理をするのはハードルが高い方に対しては、今日からでも手軽に実践できる飲み物や、お楽しみ部分のデザート類に「パルスイト®。カロリーゼロ」を活用するように紹介しています。「カロリーゼロ」に加えて「糖類ゼロ」でもあるため、減量のサポートはもちろんのこと、甘味料のカロリーを気にせずに甘みを楽しむことにも役立つと思います。



＜業務用スティック 120本入袋＞

“病院食のための” デザートを作る

当院のお食事は“神戸らしさ”を大切にしています。神戸らしさと言えば、パンや洋食、デザートです。入院されている患者さんにとって食べることは唯一の楽しみだと思います。私たち調理師



<行事食のデザートを盛り付ける様子>

はおいしい食事と手作りデザートを通じて入院生活の中に季節感やイベント感を演出し、患者さんの治療を乗り越える力をサポートしてあげたいと考えています。砂糖ではなく「パルスイート。カロリーゼロ」を使うことで、低カロリーかつ身体に優しいデザート作りを心掛けています。カロリーコントロールや糖質の制限が必要な方のお食事にも甘いデザートをお出しでき、喜んでいただいています。

行事食は
調理師みんなで
知恵を出し合う

当院では手作りデザートは週1回ほど、行事食は月1回ほど提供しています。行事食は患



<調理係長 川口さん> <調理師 和田さん>



<ひな祭りドルチェ>

者さんにとって特別な日であって欲しい。いつもよりも豪華なデザート作りには、カロリーをおさえるために「パルスイート。カロリーゼロ」は欠かせません。レシピは調理師みんなで試行錯誤を重ね、知恵を出し合って考案しています。3月3日「ひな祭り」のドルチェはピンク・白・緑の3層にケーキ生地を焼き、「パルスイート。カロリーゼロ」を使ったホイップクリームでデコレーションしました。患者さんから「おいしかったよ」というお声を聞くのがやりがいです。

甘さはしっかり、砂糖と変わらない使い心地

「パルスイート。カロリーゼロ」は上白糖やグラニュー糖に似た甘みで料理の味や仕上がりの色味を邪魔しないため、砂糖と同じ感覚で使うことができます。すっきりとした自然な甘みが特徴でフルーツとの相性も良く、当院ではゼリー系のデザートやホイップクリームに使うことが多いです。砂糖は液体に溶かす際に、溶けるまで時間がかかりますが、「パルスイート。カロリーゼロ」は砂糖よりも溶けやすく、調理師の負担を軽減してくれるので助かります。

神戸赤十字病院おすすめ!!

パルスイート® カロリーゼロ をデザートに使う上での 3 条件

ゼリー系の
デザートにおすすめ!

「パルスイート。カロリーゼロ」は、すっきりとした自然な甘みが特徴で、クセがありません。さっぱりとした冷たいデザート類におすすめです。加熱もOKです。

ホイップクリームに使える、
ケーキだってカロリーオフ!

「パルスイート。カロリーゼロ」でホイップクリームを作れば、しっかり甘みはつきながら、カロリーオフできます。ゼリー・ムースのトッピングやケーキに添えるだけで、ちょっと豪華なデザートに早変わり!

シロップとしてケーキ生地に塗れば
しっとりと本格的な仕上がり!

液体タイプをシロップとして活用すれば、乾燥してパサパサしてしまうのを防ぐことができます。シロップを砂糖から作ると高カロリーになってしまいますが、「パルスイート。カロリーゼロ」を使えば、カロリーオフ!



神戸赤十字病院デザートメニュー

ゼリー作り!



<神戸竜宮ゼリー>



<桜ゼリー>



<七夕ゼリー>

生クリーム!



<サンタのクリスマスケーキ>

シロップ!



<抹茶黒豆ケーキ>