ぷらざ・朝日

PLAZA・ASAHI

VOL.36
2026 SEPTEMBER
発行日／2026年9月1日
企画編集／広報委員会



C O N T E N T

巻頭挨拶
病院の理念･方針･患者さんへのお願い　ご挨拶
PICK UP
新診療科紹介／病院改修工事／臨床研修医の活動報告
TOPICS
【放射線部･放射線治療科】国外発表／睡眠医療センター開設5周年記念講演会
サマーコンサート･ウィンターコンサート／看護部インターンシップ
市民公開セミナー／ぎふチャンラジオ／看護相談のご案内
From Rehabilitation　杖の使い方･選び方／**健診センターだより**
医食同源　残夏を乗り越えましょう

朝日大学病院
ASAHI UNIV

病院の理念

地域の中核病院として、安全で質の高い医療を提供し社会に貢献します。

病院の方針

1. 患者さんの人格、権利、プライバシーを尊重します。
2. 医学的根拠にもとづいた医療を実践します。
3. 安全・高度・安心な医療を行います。
4. 救急医療の充実に努めます。
5. 生活習慣病の予防に努めます。
6. 十分な説明を行い、承諾を得たうえで医療を実践します。
7. 全人的な医療を行うため、全職員の力を結集します。
8. 思いやりの心と敬意を持って医療を行います。
9. 地域における他医療機関・福祉施設との連携を推進します。
10. 医療・福祉関係者に対して教育・研修の場を提供します。
11. 全職員が誇りを持って働ける職場づくりに努めます。
12. 健全な経営に努めます。

2022年4月1日作成

患者さんへのお願い

患者さんに最適な医療を提供するために、以下のことをお守りください。

1. ご自身の病歴、健康に関する情報、診療中の身体の変化などを正確に伝えてください。
2. 治療や検査などの方針に関する説明に対して、明確に意思表示をしてください。
3. 治療は医療者との協働作業であることを理解し、治療効果を最大化するために治療計画等を遵守してください。
4. 病院内及び公共のルールを遵守し、他の利用者へも配慮してください。
5. 他の患者さん、見舞客、職員等に対する嫌がらせ、セクハラ等の迷惑行為を行わないようにしてください。
6. 医療費等の請求を受けたら速やかにお支払いください。
7. これらのお願いに従っていただけない場合、診療の拒否、院外への退去をお願いすることがあります。

2022年4月1日作成

GREETING

ご　挨　拶







朝日大学病院は、地域の中核病院としてまた大学病院として①一般診療、②基礎研究と臨床研究、③歯学部や看護学科の学生教育を３本の柱として地域医療に貢献してまいりました。特に地域の最先端病院として出来る限りの新技術と知識に基づく一般診療を志しながら、クリニックのきめ細やかさを持った医療機関として患者さんに良質な医療を提供することを目指しています。

最近の新しい取り組みとしては、急性期医療から介護や生活支援を提供する地域包括ケアシステムの推進を図るため、患者サポートセンターを設置しました。これにより、患者さんと地域の先生方との綿密な連携がよりスムーズとなり、患者さんの受け入れ、入院中のサポート、退院にかけての後方連携が一層充実しました。次に岐阜県の総合病院としては初の睡眠医療センターを開設しました。人生にとって大切な「眠り」の問題を正確に診断し、適切に治療することを積み重ねています。さらに口腔管理・食支援センターでは医師や歯科医師や栄養士などの多職種が連携して入院中・退院後の口腔管理や食支援を行っています。また2026年春から各種感染症に対して専門的な診断および治療ならびに予防を行う感染症内科・ワクチン外来を新設いたしました。高齢化や基礎疾患を有する患者さんの増加から感染症診療の重要性はますます高まっています。最後に地域住民の皆様との交流を深めるために朝日大学病院として2024年から市民公開セミナーを企画いたしました。第３回市民公開セミナーは2026年10月３日に開催させていただきます。

朝日大学病院では患者さんとの心の通ったつながりを大事にしながら、安全性を確保し、最先端の診療を維持すべく、努力していきたいと思います。今後とも皆さんのご支援をよろしくお願い申し上げます。

副病院長　**八木 信明**

感染症内科

診療部長　三鴨 廣繁



感染症内科は、各種感染症に対して専門的な診断および治療を行う診療科です。各診療科で難治性・原因不明と判断された発熱、咳嗽、咽頭痛、呼吸困難、腹痛、下痢、排尿時痛、皮膚の発赤・腫脹など、感染症に起因する多様な症状を対象とし、肺炎、尿路感染症、胆道感染症、皮膚・軟部組織感染症、菌血症、敗血症、性感染症（HIV、梅毒を含む）をはじめとする幅広い病態に対応いたします。

さらに、感染症の診療は治療のみならず予防を含めて完結するものと考えています。この観点から、当科ではワクチン外来を設け、成人を中心とした各種予防接種、基礎疾患を有する患者さんに対する感染予防、医療従事者や実習生、海外渡航予定者に対するワクチン相談にも対応し、予防医学の推進にも努めてまいります。

また、現在の診療部長は、日本東洋医学会の漢方専門医・指導医であることから、感染症に限らずさまざまな疾患に対する東洋医学的診察・診療も実施できます。

臨床検査科

診療部長　加藤 卓



2026年4月1日に朝日大学病院に臨床検査科が新設されました。

臨床検査科は、血液検査や生化学検査、免疫・微生物検査に加え、心電図、超音波検査、呼吸機能検査などの生理検査を通じて、患者さんの状態を多角的に評価する診療科です。体から得られるさまざまなデータを正確かつ迅速に提供することで、診断の確定や治療方針の決定、経過観察を支えています。

各診療科と密接に連携し、検査の専門的視点から医療の質と安全性向上に貢献し、患者さん一人ひとりに適切な医療を届けることを使命としています。

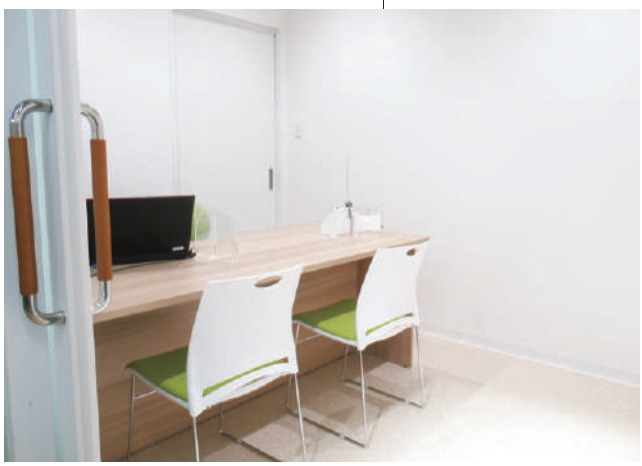
患者サポートセンター移転

患者サポートセンターは主な患者動線から外れた位置に設置されておりましたので、玄関・総合受付を経た正面に移転しました。

室内は各種相談窓口１部屋、説明・面談個室２部屋を配置し、明るく・プライベートな空間を提供できる体制を整えました。

また、センター前面には１階診療受付を集約したカウンターを設置して来院された患者様をお迎えしております。





新しいシステム導入のお知らせ

当院では、患者さまの利便性向上と待ち時間の軽減を目的として、「自動精算機」「ＡＩ電話」「ＩＶＲ(自動音声応答システム)」を導入いたしました。

自動精算機では、診察後のお会計を現金またはクレジットカードでスムーズに行うことができ、会計待ち時間の短縮につながります。

また、病院代表電話番号および総合健診センターではＩＶＲを導入し、自動音声による案内を行っております。さらに、予約変更・キャンセル・予約確認専用として、代表番号とは別にＡＩ電話を設置いたしました。ＡＩ電話は、月～金曜日８時から２０時、土曜日８時から12時15分までご利用いただけます。

今後も患者さまにとって安心で利用しやすい医療環境づくりに努めてまいります。



腎臓病教室

2025年度腎臓病教室を３回にわたり開催。

第１回は管理栄養士から「栄養管理について」、看護師（慢性腎臓病療養指導士）から「慢性腎臓病との付き合い方」。第２回は医師から「腎臓病について」、薬剤師から「薬物療法について」。第３回は臨床工学士から「腎代替療法について」、理学療法士から「腎不全の運動療法」というテーマで行いました。腎臓病教室の開催について、認知度があまりないため、みなさんへの周知方法を見直し、できるだけ多くの方に（入院中の患者さんも含め）、腎臓病について啓蒙できるよう工夫させていただきます。2026年度も右記日程で腎臓病教室を開催します。みなさまのご参加お待ちしております。

場所

朝日大学病院　西館１階ホール

日程

第１回　2026年　7月30日（木）
講師：医師・管理栄養士
第２回　2026年10月29日（木）
講師：薬剤師・臨床工学士
第３回　2026年12月　3日（木）
講師：看護師・理学療法士

時間

各回15時～16時

ロコモ教室の活動について

「最近つまずきやすい」「外出が減って体力が落ちた気がする」など、そうしたお悩みを抱える方が増えています。当院ではそんな皆さまにむけて、“100年時代を元気に生きるためのロコモ予防教室”を開催しています。

教室では、自宅でできる転倒予防運動や筋力アップ体操、骨を丈夫に保つ食事の工夫、骨折を防ぐ方法などを、看護師・理学療法士・栄養士など各専門職が分かりやすく紹介します。今年度も全4回シリーズで開催予定です。後日ポスターにて詳しくご案内しますので、ぜひお申し込みください。

※事前予約制ですので、診療科の看護師に申し出ください。
※当日は動きやすい服装、飲み物を持参してください。





場所

朝日大学病院　本館１階
整形外科外来　待合室奥（1階診療科受付で受付）

講師

整形外科外来看護師、管理栄養士、放射線技師
整形外科医師（酒井 周医師）

日時　※受付時間 13時30分～

第１回　2026年　9月18日（金）
14時～15時
第２回　2026年10月16日（金）
14時～15時
第３回　2026年11月20日（金）
14時～15時
第４回　2026年12月18日（金）
14時～15時

糖尿病教室

糖尿病と上手に付き合って行く上で、“糖尿病”をよく知ることはとても大切なことです。糖尿病教室では糖尿病にまつわる様々なことを、色んな角度から解りやすく専門のスタッフがお話しします。

糖尿病患者さんのみならず、患者さんのご家族、糖尿病が気になる人や、身近に患者さんがいらっしゃる人など、どなたでもご参加ください（予約は必要ありません）。

場所

朝日大学病院　東館２階
糖尿病・内分泌内科外来　待合室

講師

糖尿病・内分泌内科医師、外来看護師、
薬剤師、管理栄養士（日本糖尿病療養指導士を含む）

日時

第１回　2026年　5月30日（土）
午前10時～11時
第２回　2026年　7月11日（土）
午前10時～11時
第３回　2026年 11月14日（土）
午前10時～11時
第４回　2026年12月12日（土）
午前10時

あさひがんサロン

「あさひがんサロン」は、がんに関する不安や悩みを気軽に話せる交流の場です。医療スタッフに直接相談できるほか、最新の痛み止めや治療に関する情報もわかりやすく聞くことができます。毎月開催されており、どなたでも参加可能、入場無料です。ひとりで抱え込まず、少し気持ちを軽くしに来ませんか？ぜひお気軽にご参加ください。

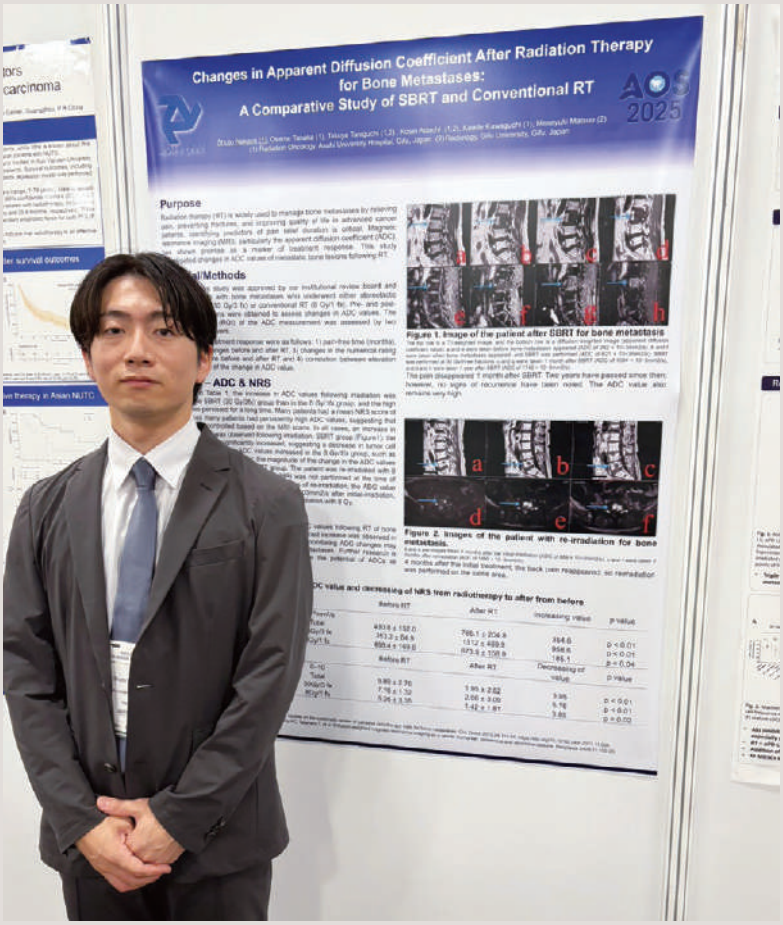


【放射線部・放射線治療科】国外発表

【放射線部】
中矢周人放射線技師がアジア腫瘍学会（AOS2025）で発表してきました。

骨転移に対する放射線治療の高度化と治療効果判定の臨床試験です。岐阜県ではまだ骨転移に対する放射線治療の高精度化は遅れており、当院が岐阜県をリードする位置にいると自負しております。これまで骨に転移をしたら治らないと言われていたのが、転移した骨に高線量をピンポイントで照射することで根治できることを証明しました。

放射線治療科田中修医師と泌尿器科豊田将平医師も同学会で発表しました。



【放射線治療科】
田中修医師が米国放射線腫瘍学会（ASTRO2025）で発表してきました。

当院では歯科口腔外科、耳鼻咽喉科頭頸部外科、放射線治療科にて隔週でカンファレンスを行っております。3科の共同研究として田中修医師が発表してきました。頭頸部口腔がんに対する短期間での緩和照射（Quad shot）の前向き試験であり、この Quad shot は患者にとっても非常に有益な治療法であることを証明しました。なおこの研究は2025年12月に Journal of Radiation Reserch に論文が収載されております。

睡眠医療センター開設５周年記念講演会

2020年10月に開設した朝日大学病院睡眠医療センターは地域の先生方のご協力を賜り５周年を迎えることができました。

2025年11月29日これを記念し講演会を開催しました。センターの医科歯科連携現状報告の後，大阪大学大学院歯学研究科顎顔面口腔矯正学講座の白石優季先生に「矯正医としてみる小児の睡眠」として子供の睡眠時無呼吸と顎顔面形態との関与、成長を加味した治療法の選択をお話しいただきました。大阪大学連合小児発達学研究科の谷池雅子先生には「子どもの睡眠の課題－乳幼児から思春期までー」として、３歳までの睡眠の問題は人生を通じて影響を及ぼすため正しい睡眠習慣を早期から身につけることの大切さなど幅広い話題について楽しくお話しいただきました。

今後も地域睡眠医療の核となるべく、診療とともに睡眠リテラシーに寄与する活動をつづけてまいります。



サマーコンサート・ウィンターコンサート

本院総合受付前ホールにて2025年8月27日（水）にサマーコンサート、2025年12月24日（水）にウインターコンサートが開催されました。

サマーコンサートでは、サックス奏者の滝本知奈美さんをお迎えし、クラッシックから馴染みの深い曲まで12曲を演奏して頂きました。音楽仲間の小林博先生（小林内科院長）をはじめ、NHKのど自慢でもご活躍のドラマーの丹菊基雄さんら8名にも共演していただき軽快な音色を響かせて下さいました。ウインターコンサートには朝日大学体育会吹奏楽部の部員29名をお招きし、クリスマスソングやJ-POPなどアンコールを含め13曲を演奏して頂きました。繊細で迫力ある演奏は、患者様や職員等ホールに集まった150名を超える多くの方を魅了し、会場全体が一体感に包まれていました。





看護部インターンシップ

2025年8月に『インターンシップ：看護学生』『インターンシップ：内定者』を開催しました。

複数の“看護場面の実際”を見学していただき、“看護師との交流”を行い、看護の魅力を伝えました。特に看護学生には“当院の看護の魅力”を、内定者には入職後の自己のイメージができるよう配慮し対応しました。

参加者からは「温かい看護がされている」「教育体制が充実して安心」「看護師として成長できる」など当院の看護の魅力を体感していただくと共に、内定者からは「入職後の自分がイメージできた」と安心感と期待に満ちた言葉がたくさん聞かれました。

2026年度も開催し、さらに“当院の看護の魅力”を伝えていきたいと思います。







朝日大学病院 第2回 市民公開セミナー

2025年10月4日（土）岐阜県図書館多目的ホールにおいて、朝日大学病院第２回市民公開セミナーを開催しました。今回のテーマは「防ぐ」。高齢化社会において大きな問題である４つの疾病について、発症予防から進展予防まで幅広い観点から講演しました。

講師はいずれも当院所属の現役医療者で、「大腸がん」は消化器内科教授の八木信明教授、「誤嚥性肺炎」は歯科口腔外科の谷口裕重教授、「転倒」は福島賢二リハビリテーション部療法士長と建石光貴作業療法士、「腎臓病」は山本順一郎教授が務めました。

当日は約140名の方々にご参加いただき、盛況のうちに終了しました。本年度も新たなテーマのもと、セミナーを開催してまいります。



ぎふチャンラジオ「ドクター 教えて」放送中

2025年４月より、ぎふチャンラジオで朝日大学病院のドクターがお話しする健康番組「ドクター 教えて」の放送がスタートしました。

この番組では「ラジオで聞く『健康管理』」をテーマに、朝日大学病院の医師が日常生活に役立つ健康情報を分かりやすく紹介しています。

放送は毎月第１・第３月曜日の月２回。

生活習慣病の予防、季節ごとの体調管理、気になる症状への対処法など、幅広いテーマを取り上げています。

この番組は2026年も引き続き放送が決定しており、地域のみなさまの健康づくりに役立つ情報を、今後も継続してお届けしていきます。

2025年度の放送内容

		放送日時	出演者	テーマ
1	2025	４月７日	朝日大学　学長　大友克之	医師の健康管理
2		４月21日	朝日大学　学長　大友克之	老化とたたかう
3		５月５日	朝日大学病院　皮膚科　教授　清島真理子	紫外線の肌トラブル
4		５月19日	朝日大学病院　皮膚科　教授　清島真理子	紫外線対策
5		６月２日	朝日大学病院　頭頸部外科・耳鼻咽喉科　教授　松塚崇	アレルギー性鼻炎
6		６月16日	朝日大学病院　頭頸部外科・耳鼻咽喉科　教授　松塚崇	頭頸部のセンチネルリンパ節生検術
7		７月７日	朝日大学病院　消化器内科　助教　横谷優作	胃カメラと大腸カメラ
8		７月21日	朝日大学病院　消化器内科　助教　横谷優作	肝臓にも働き方改革を
9		８月４日	朝日大学病院　整形外科　教授　今泉佳宣	骨粗鬆症
10		８月18日	朝日大学病院　整形外科　教授　今泉佳宣	変形性膝関節症
11		９月１日	朝日大学病院　麻酔科　教授　下畑敬子	頭痛専門医による頭痛外来
12		９月15日	朝日大学病院　麻酔科　教授　下畑敬子	片頭痛の新しい治療
13		10月６日	朝日大学病院　腎臓内科　教授　山本順一郎	腎臓のはたらき
14		10月20日	朝日大学病院　腎臓内科　教授　山本順一郎	腎臓を守るには
15		11月３日	朝日大学病院　口腔管理・食支援センター長　谷口裕重	誤嚥性肺炎について知ってほしいこと
16		11月17日	朝日大学病院　口腔管理・食支援センター長　谷口裕重	誤嚥性肺炎を防ぐために、家庭でできる工夫
17		12月１日	朝日大学病院　脳神経外科　准教授　岡直樹	痙縮に対するボツリヌス療法
18		12月15日	朝日大学病院　脳神経外科　准教授　岡直樹	顔面痙攣に対するボツリヌス療法
19	2026	１月５日	朝日大学病院　消化器内科　教授　大洞昭博	急性肝炎・慢性肝炎
20		１月19日	朝日大学病院　消化器内科　教授　大洞昭博	ウイルス性肝炎
21		２月２日	朝日大学病院　糖尿病・内分泌内科　教授　佐々木昭彦	栄養と糖尿病
22		２月16日	朝日大学病院　糖尿病・内分泌内科　教授　佐々木昭彦	うまい食べ方と健診の重要性
23		３月２日	朝日大学病院　放射線治療科　准教授　田中修	放射線治療について
24		３月16日	朝日大学病院　放射線治療科　准教授　田中修	オリゴメタスターシスと高精度放射線治療について

過去の放送は、
右記の二次元バーコードから
アクセスできます。

施設・クリニックの皆さまへ

朝日大学病院 認定看護師による 看護相談のご案内

相談料 無料



当院では、地域の医療機関・介護施設との連携強化を目的として、看護相談を受け付けております。

脳卒中リハビリテーション看護、摂食・嚥下看護、感染管理の分野において、患者様・利用者様へのケアや受け入れに関するご相談に対応いたします。また、勉強会・講習会の開催にも対応いたします。



相談内容

脳卒中リハビリテーション看護	●脳卒中後の生活支援や再発予防 ●ADL維持・向上に向けた看護支援 ●麻痺や高次脳機能障害への対応 ●家族支援および退院後の療養支援　等
摂食・嚥下看護	●摂食嚥下機能の観察・評価に関する相談 ●誤嚥予防のための食事介助方法 ●食形態や水分調整に関する助言 ●経口摂取継続に向けた支援方法　等
感染管理	●施設内感染対策の相談 ●感染症発生時の対応方法 ●標準予防策および感染経路別予防策の助言 ●職員教育や感染対策体制の整備支援　等

地域の医療機関・介護施設の皆さまと協力し、
患者様・利用者様が安心して療養生活を送ることができるよう支援いたします。
お気軽にご相談ください。

相談方法

電話相談　面談（事前予約制）　訪問相談

朝日大学病院 患者サポートセンター

TEL:058-253-8920
FAX:058-253-8910
受付時間　平日 8:30～16:45

杖の使い方・選び方

理学療法士　豊田 えみ

杖は「歩けなくなった人のもの」ではありません。転倒予防、疲労軽減、疼痛軽減、安心して外出するためのサポート用品です。特に加齢に伴い、筋力やバランス感覚は少しずつ低下します。まだ大丈夫と思っていても、ちょっとしたつまずきふらつきが大きなけがにつながることもあります。杖を使うことは、活動的な生活を続けるための前向きな選択です。

正しい杖の使い方の基本



①持つ手

杖は「痛いほうの反対の手」で持ちます。例えば右足が痛い場合や、右足の力が弱い場合は左手に持ちます。これにより体重を分散しバランスを保ちやすくします。持つべき手が痛い場合や、両方の足が痛い場合は変えても大丈夫です。

②高さの目安

杖の先を足元に置いたとき、肘が軽く曲がる（15-30度）高さとします。もしくは大腿骨の横のでっぱり（大転子）の高さです。

③ 歩き方のコツ

杖→悪い脚→良い脚の順で出す
もしくは、杖と悪い脚を同時に出す
杖に自分の足がひっかからないように、体から15cmほど離します。

杖の種類と特徴



〇T字杖（一般的な杖）

シンプルで軽量。高さ調節できるものがほとんどです。日常的な歩行に向いています。

〇四点杖

先端が4つに分かれており。安定性が高い杖です。支えが弱い方やゆっくり歩く方に向いています。また、自立して倒れないので屋内移動に向いています。

〇松葉杖

高さは脇より指2、3本分下くらいです。脇で支えると神経を圧迫してしまうので、手首で体重を支えるように注意します。足に体重をかけられない場合に向いています。

〇折りたたみ杖

持ち運びに便利です。細いものが多いので、やや強度としては弱いです。

杖選びで失敗しないポイント

滑りにくい
先ゴムがついている ▶ 先ゴムは消耗品です。
すり減ると滑りやすくなるため、定期的な交換が必要です。

まとめ

杖を使うことで筋力が落ちるということはあまりなく、適切に使用すればむしろ安全に歩ける時間が増え、活動量が維持されます。上手に使って安心・安全に元気に歩く生活を続けましょう。

健診センター便り

13

総合健診センター

センター長　清島 満

昨年度は業務内容の見直しを最優先課題として取り組んだ。その結果、今年度になって保健師の増員もあり、煩雑で多忙であった現場にもいくらかの心理的余裕が生じ、より働きやすい職場になったと感じている。このことは仕事上のミスの減少につながることであり、受診者が安心して利用できる健診施設になることを意味する。

センターの最近のトピックスとしてはマンモグラフィのトモシンセシス（図1）導入があげられる。実際に、乳がん検診希望者は増加しており、2026年4月から本格稼働している。これは乳腺の画像を三次元に構築するものであり、病変の描出に威力を発揮する。

この機種の特長は

・スピーディに画像を表示する。
・質の高い画質で、小病変の描出に威力を発揮する。
・デジタル・ブレスト・トモシンセシスにより、奥行き方向のデータを収集し、薄いスライスに画像再構成して観察することによって、乳腺の重なりを解消し、より精度の高い情報を得ることが可能である。

図2は二次元画像であるが、実際には画像処理をしてモニター画面で三次元化して読影することができる。

昨年度は学会による施設認定が集中した年であった。まず、2025年4月に日本脳ドック学会から施設認定を受け、次いで2026年4月に書類審査で日本総合健診医学会の優良施設に認定、最後に今年2月に日本人間ドック・予防医療学会のVer5を受審し、2026年4月に認定された。特にVer5の認定には相当量の書類の事前準備が必要であり、実地審査も含めてかなりの労力を必要としたが、健診センターとしての質を維持するためには必要な認証資格である。

センターとしての第一目標は健診の質を高め、受診者からはもちろん、健診施設として客観的に高い評価を受けることにある。しかしそれが受診者数の増加に直接反映するとは限らない。コロナ感染で受診者数の減少がみられ、まだ完全に回復が見られない状況である。その対策として、曜日によっては定員オーバーの予約をお断りしていたので、1日の最大受け入れ予約数を増やすこととした。もちろん、それに加えて積極的な宣伝および営業活動も必要であるが、数ある健診施設から当センターを選んで来られる個人申し込みの人、さらに他施設から乗り換える受診者が増えることを期待したい。



図1　デジタルマンモグラフィ装置
（GEヘルスケア製）

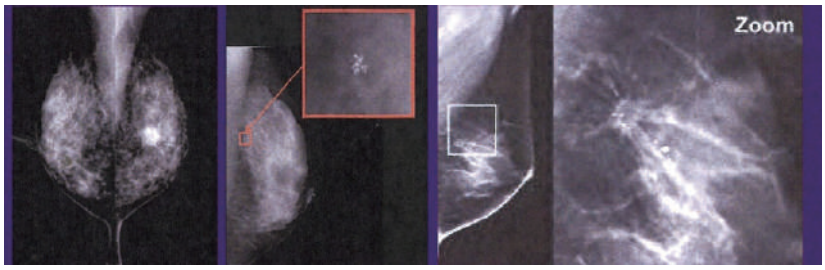


図2　マンモグラフィ画像

医 食 同 源

NO.21

管理栄養士　山田 真実

残夏を乗り越えましょう

年々、夏が暑く、長くなってきました。今年から、最高気温が40度以上になる日のことを「酷暑日」と言うようになりました。

今回は、残夏を乗り越えるための食事の案を、病院の給食の中からご紹介します。

トマト

水分が94%と多く、脱水予防になります。生の状態だと、ビタミンB群やC、カリウムを摂り易いです。また、抗酸化作用のあるリコピンが豊富で、疲労回復や紫外線による肌へのダメージ予防に役立ちます。リコピンは、トマトを加熱することで細胞壁が壊れ、吸収率が高まります。

梅

クエン酸が体内でエネルギーを作る代謝回路をスムーズに動かして、疲労回復に効果があります。また、発酵食品であるため、腸内環境を整えます。梅の酸味成分は唾液の分泌を促して、食欲増進や消化の促進にもつながります。

野菜スープ

冷たいものを摂り過ぎて内臓が冷えると、血流が悪化して胃腸の働きが低下します。内臓が冷えると食欲が減退し、栄養や水分が不足して夏バテの症状を引き起こすことがあります。温かいものを摂るようにしましょう。

鶏のトマト煮

〈材料1人分〉

鶏肉… 75g（25gカット×3個）
酒……2g
塩・こしょう …… 少々
トマトソース …… 25g
ケチャップ ……5g
砂糖……1g
濃口しょうゆ ……2g
人参…… 10g
玉葱…… 20g
マッシュルーム（缶詰）… 10g
スープストック ……1g
こしょう …… 少々
グリーンピース ……2g
ペンネ ……7g

【 作り方 】

1. 熱した鍋に鶏肉を入れ酒をふり、塩・こしょうで下味をつける。
2. 鍋にトマトソース・ケチャップ、スープストックと水100ml程度入れ、人参・玉葱・マッシュルームと共に煮て、砂糖と醤油、こしょうで味を調える。
3. 別でゆでたペンネを添え（2に合わせ、少し煮てもよい）、グリーンピースを飾る。



野菜の梅ドレッシング和え

〈材料1人分〉

もやし …… 60g
きゅうり …… 20g
人参…… 5g
かにかまぼこ …… 10g
乾燥ワカメ …… 0.5g
梅しそドレッシング…… 7g
野菜入りドレッシング…… 3g



【 作り方 】

1. 乾燥ワカメを戻しておき、よくしぼる
2. 人参を千切りにして軽くゆがく（生を好む方はそのままでも良い）。もやしも軽くゆがく。
3. きゅうりを千切りにする。
4. 1と3、冷ました2、ほぐしたかにかまぼこをドレッシングで和える。

※冷たい方がおいしいため、調理後、食べるまで冷蔵庫に入れておくか、もやし等ゆでたものを和える前によく冷ましておくとよい。

野菜スープ

〈材料1人分〉

チンゲン菜 …… 30g
人参…… 10g
玉葱…… 10g
むきエビ …… 5g
パセリ …… 1g
スープストック …… 0.5g
塩…… 0.5g
こしょう …… 少々



【 作り方 】

1. チンゲン菜、人参、玉葱を食べ易い大きさに切る。
2. 鍋に水（1人分160ml程度）とスープストックを入れ、1の野菜とむきエビを一緒に煮る。
3. 塩・こしょうで味を調え、パセリを散らす。

朝日大学病院
ASAHI UNIV.
TEL(058)253-8001(代)　FAX(058)253-5165(総合受付)
総合健診センター　TEL(058)251-8001(代)　FAX(058)251-1231
血液浄化センター　TEL(058)251-1163(代)　FAX(058)253-9922
〒500-8523 岐阜市橋本町3丁目23番地
https://www.hosp.asahi-u.ac.jp/