



## 行事食を紹介します

栄養管理科では入院中の食事を楽しんでいただけるよう、季節に応じた行事食を提供しています。

その中の“岩手県ご当地メニュー”をご紹介します。

入院中の食事を楽しんでいただけるよう、充実した食事の提供に励んでいきたいと思っております。

### 「あんかけカツ丼」

一関市千厩町でカツ丼と言えば「あんかけカツ丼」。ご飯の上にキャベツの千切りをのせ、その上にサクサクに揚げられたカツがのり、そこへ特製の甘酸っぱいソース味のあんをとろりとかけたカツ丼です。



☆今回のキー食材  
豚肉…ビタミンB1が多く含まれ  
疲労回復に効果的

### 「ひつつみ」

小麦粉をこねて薄くのばしたものを手でちぎりお鍋の中で季節の野菜とともにだしで煮込む料理。名の由来は「手で引きちぎる」事を方言で「ひつつむ」と言うことから名付けられました。



☆なめらかでのど越しの良いひつつみは  
ほっと温まる岩手のふるさとの味です

### 「いわてまち焼きうどん」

「いわてまち焼きうどん」は東北一の生産量を誇るキャベツなど町産の材料を3種類以上使い、塩だれで仕上げ野菜の甘味を引き出しています。



☆今回のキー食材  
キャベツ…食物繊維、ビタミンUなど  
ビタミンU…キャベツから発見されたビタミン  
胃、十二指腸潰瘍の予防、改善

### 「よしゃれ鶏ネギ南蛮」

栗石町の新しい郷土食で県産の鶏肉(よしゃれ)を一枚塊のまま時間をかけてカラリと揚げ、自家生産物のネギをたっぷり使い甘辛いネギだれをかけます。



☆今回のキー食材  
ネギ…免疫力アップ、疲労回復  
風邪の予防等

### 「北上コロッケ」

粘りが強くコクがある「<sup>ふたご</sup>二子さといも」、豊かな自然の中で育った「黒毛和牛」、ビタミンB1やミネラルが豊富な「白ゆりポーク」、アクセントに県内一の生産を誇る「アスパラガス」を使用したコロッケです。

☆二子さといも…他の里芋と比べ粘り気が強く、口の中でトロッと、とろける食感が特徴で柔らかいのに煮崩れしません



### 「がんづき」

「がんづき」は農繁期の小屋や子どものおやつとして昔から親しまれてきた岩手の郷土食です。黒砂糖の風味ともっちりした食感懐かしい素朴な味わいです。



☆今回のキー食材  
黒砂糖…ミネラルが豊富  
\*体に良さそうと、摂りすぎると太る原因  
になるので、食べすぎに注意しましょう

# 食糧支援事業を行いました！

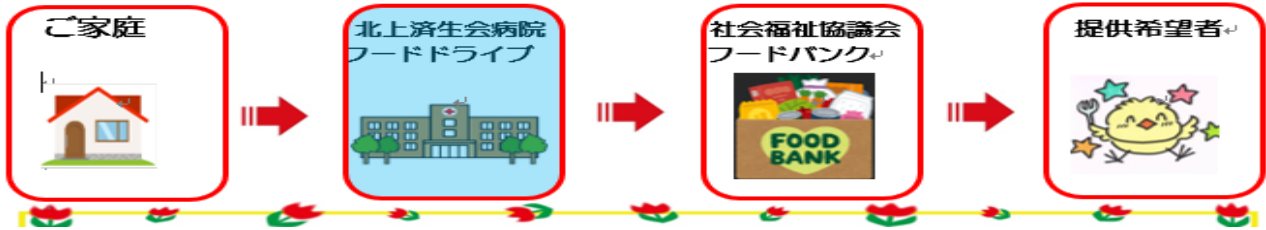
“済生会 なでしこプラン”の一環として、フードドライブという形で困窮者支援を行いました。

沢山の職員が協力をしてくれ、乾麺・缶詰などの保存食品やインスタント食品・お菓子飲料・当院の防災備蓄食料など 391 品集まりました。

募った食品は、社会福祉協議会のフードバンクを通じて、食糧支援を必要とされている方に提供されることになります。

今後も継続していきたいと思えます。

## ～ 支援の流れ ～



お問い合わせ先：北上済生会病院 地域医療福祉連携室

電話：0197-65-6120（直通）

FAX：0197-64-1133（直通）

