

県立病院栄養管理部門との連携事業 “学生コラボ・おいしい減塩メニュー”

鈴木美穂

担当教員 : 北林蒔子、鈴木美穂
連携機関 : 山形県立米沢栄養大学・山形県立病院栄養管理部門
参加学生 : 3年生（7期生）20名

1. はじめに

山形県立米沢栄養大学の学生と山形県立病院栄養管理部門が連携して、減塩（一食食塩相当量2g以下）でも美味しく食べられる献立を立案し、各県立病院の入院患者様に提供した。また、県民の皆様の減塩の取り組みにご活用いただけるように、「山形おすすめレシピ第6号 学生コラボ・おいしい減塩メニュー」を作成し、ホームページに公表した。

2. 実施計画

【実施日】令和4年9月28日（水） 昼食

【テーマ】鶏肉を主菜に使った減塩和食メニュー

【栄養価】エネルギー600kcal 塩分2g以下

【内容】主食（精白米70g＊米飯160g）1品・主菜1品・副菜2品（汁以外）

なお、1食塩分2g以下であれば、炊き込みご飯（主食）、どんぶり物（主食・主菜を兼ねる）も可とする。

【その他】○温配膳、冷配膳が均等数となるように配慮する。

○大量調理である事に配慮する。

○提出する献立に、班名、献立全体の写真、献立、1食あたりの栄養価と金額、1品ごとの料理名・写真・材料・作り方も記載する。

○病院へ献立を提出する際は、グループごと1つの献立に絞ったものとする。

※病院で提供をすること（大量調理、コスト管理）に留意する。

3. 情報の発信

(1) 提供施設からの情報発信

ホームページやブログなど

(2) 「山形おすすめレシピ」の作成と公表

今年度提供するメニューを編纂し、減塩パンフレットを作成する。

4. 実施スケジュール

4月 7日（木）：学生コラボ減塩メニューの条件提示を行った。（7期生募集）

5月 27日（金）：大学担当者により、提出された献立を確認し、4班に分け主菜や副菜等コラボやブラッシュアップを指導。学生が班ごとに献立を作成した。

6月 10日（月）：試作後、修正した献立を病院へ提出した。

6月 17日（金）：提出された学生のメニューに対して、管理栄養士の書面による指導コメントを大学担当者へ送付し、大学担当者が献立のブラッシュアップを学生に指導した。

6月 20日（月）：試作会へ向けてメニューの修正を行った。

7月 9日（土）：大学を会場に、学生が試作した4メニューを病院担当者が試食して選考した。



9月 28日（水）：メニューを提供する他、学生が病院実習・ミールラウンドを実施した。新型コロナ感染拡大防止のため、こころの医療センター、河北病院のみの実習となった。こころの医療センターへ実習に参加した学生（6名）は厨房での盛り付け、病棟訪問を実習し、河北病院へ実習に参加した学生（5名）は厨房作業の見学、病棟訪問を実習した。





10月3日(月):新型コロナウイルスの感染拡大に伴い、臨床実習の参加人数を縮小したこと、例年行われていた県立病院での取材が開催されなかったことから、後日、本学において、臨床実習へ参加した学生による報告会を行った。報告会の様子は、山形新聞、読売新聞に取り上げられた。

減塩メニュー好評 米沢市立4病院で提供

米沢市の県立米沢栄養大の3年生20人が県立4病院の普通栄養士と連携し、入院患者向けの減塩メニューを考案、9月末に提供した。学生が3日、同大で卒業結果を報告、彩り豊かで食材の味を生かした献立が好評を得たという。

目標は1食当たりの食塩相対量を0.5以下に抑えること。3年生の有志が4グループに分かれて献立を考案、県立病院の普通栄養士のアドバイスを受けて磨き上げてきた。採用されたのは、すりおろしニンニクの炊き込みご飯、ロ・フラン、スズキおきのみぞれあんをかけた鶏肉の唐揚げなど4品で、だしや酸味、旬の食材を使うことで塩分を1.8%に抑えながら、しっかりと味の味を実現した。4病院で約500食分が提供された9月28日、一部の学生が河北病院(河北町)、こころの医療センター(鶴岡市)を訪れ、調理作業を見学した。こころの医療センターでは病棟を訪れ、患者の食事風景を見学した。味わった患者からは「こんなにおいしい減塩メニューはまずい」と好評だった。一方、「味が薄い」という声もあり、栄養士を交えながら多くの人に提供する病院食の難しさを感じたという。

渡部翔太さん(20)、北沢寧音さん(21)は「味覚が違う幅広い世代、ニーズに対応する難しさを実感した。より多くの人が食べやすいメニューを考案していきたい」と話した。

事業は2015年度から実施。新型コロナウイルス禍で21年度は病院訪問が、20年度は卒業自体が中止となっていた。(大坪千絵)

素材の味やだしのうまみを生かし、減塩かつおいしいメニューを考案した
=米沢市・県立米沢栄養大

令和4年10月5日 山形新聞