

# 病院見学受け入れ



2024年3月13日(水)、聖路加国際病院より5名の方が見学にいらっしゃいました

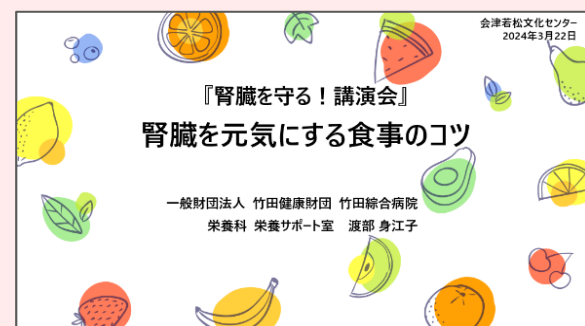
当院栄養科の運営や業務内容、教育体制等についての説明や情報交換会を行いました



実習後、定期開催している当院主催のuptodate勉強会にもZoomを利用して参加いただき、栄養についてディスカッションしました

## 腎臓を守る！講演会

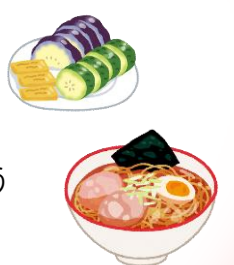
2024年3月22日(金)会津若松文化市センターにおいて健康診断で腎機能の低下を指摘された地域の方を対象に「知って守ろう！自分の腎臓～慢性腎臓病をご存じですか？～」をテーマに講演会が開催されました  
当院腎臓内科 科長 三戸部倫大医師と栄養サポート室 室長 渡部身江子が講師を務めました



慢性腎臓病は少しずつ進行し、一度悪化した腎臓は元通りにならないため進行のスピードを遅らせるよう適切な食事療法を実施することが大切です！

### ○食塩は1日6g未満を目指しましょう

- ・減塩調味料やだし、香味・酸味を活用しましょう
- ・塩分含有量の多い、味噌汁や漬物の摂取頻度を減らしましょう
- ・ラーメンやそばなどの汁は残しましょう



### ○バランスの良い食事を心がけましょう

- ・主食(ご飯,パン)、主菜(肉や魚,卵,大豆,大豆製品)、副菜(野菜)をそろえましょう
- ・牛乳や乳製品は1日コップ1杯摂りましょう
- ・果物は片手のひら一枚分が目安です

