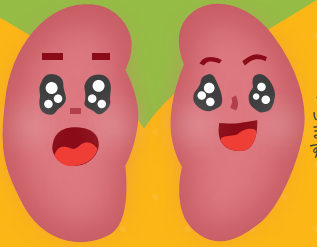


2024年度
new
4/4(木)

人間ドック すこやか弁当 新メニューで 登場!!

おいしく食べて健康に
テーマは
腎臓をいたわる
食事

「ほくち腎臓は、
あなたの体を
正常な状態に保つ
働きをもっています。」
「大豆のような形をした
握りこぶしくらいの
大きな臓器で、
左右対称に2個あります。」



2023年度人間ドック
アンケート調査から

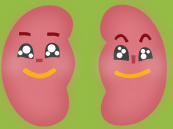
毎年、このすこやか弁当を楽しみに人間ドックを受診しているという方は、私だけではないと思います。そのくらい、この品数と手の込んだお弁当は絶品です。新しい施設でもこのお弁当はあるのかしら、楽しみにしています。
(新潟健康増進センター受診60代/女性)

2023年度人間ドック
アンケート調査から

新潟ウェルネスの隣にできる新しい健診施設でもこのお弁当が食べたいので、同じ弁当を引き続き用意してください。
(新潟健康増進センター受診60代/男性)

2024年度のドック弁当は
おいしく食べて健康に

とっても大事な
テーマですわ!



「**肝腎かなめの
腎臓をいたわりましょう**」
がテーマです!!

シーケーディー
CKD(慢性腎臓病)
を知っていますか?

①CKDとは慢性腎臓病のことです
CKD(Chronic Kidney Disease:慢性腎臓病)は腎臓の異常が続いている状態です。

具体的には…

①尿蛋白がでている・②GFR(糸球体ろ過量)※が60ml/分/1.73㎡未満に低下している。

①②のいずれか、または両方が3か月以上続いているときに診断されます。

※GFR(糸球体ろ過量)とは、腎臓が1分間当たりどれくらいの血液をろ過し尿を作るかという機能を示す数値で、一般的には、年齢・性別・血清クレアチニン値から算出される「eGFR」という数値が用いられます。

②8人に1人がCKDです

日本のCKDの患者さんは1,330万人(20歳以上の8人に1人)と推計されています。そのため、CKDは新たな国民病と言われています。

③CKDは様々な病気の重大な危険因子です

CKDの状態にあると、脳卒中や心不全、心筋梗塞などのリスクが高まり、死亡率が上昇することがわかっています。

適切な治療や生活習慣の見直しをせず、状態が進行すると人工透析や腎移植が必要となることもあります。

早期発見、適切な治療や生活習慣の見直しは、CKDの進行を緩やかにし脳卒中や心筋梗塞などのリスクを下げることにつながります。

このように、病気になる前に大切な腎臓を守るための食事を2024年度のドック弁当は、チャレンジ精神を発揮して減塩はもちろん、思いがけない食材、さまざまな香辛料を組み合わせるなど、調理に工夫を凝らしました。

岩室リハビリテーション病院
給食センター 栄養士 和田 友香理