

診療科目

整形外科

外科

内科

循環器内科

人工透析内科

腎臓内科

ペインクリニック
内科

消化器外科

胸部外科

麻酔科

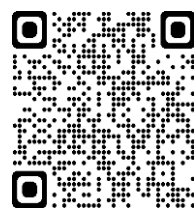
放射線科

リハビリ
テーション科

救急指定

診療時間

月～土曜日 午前診 9時～12時 / 火～金曜日 午後診 各種外来
日・祝・年末年始(12/31～1/3) 休診 ※詳しくはホームページをご覧ください



▲詳しくはホームページを
ご覧ください

■ 東朋八尾健診クリニック

八尾市光町1-26 メルベージュ光町 101 Tel 072-924-0286
※再生医療直通番号・・・Tel 072-925-6511

■ 東朋八尾病院在宅支援相談センター

八尾市光町1-26 メルベージュ光町 406 Tel 072-924-0603



東朋八尾病院 インスタグラム

様々な情報を発信していきます。
ぜひご覧ください。
フォロワー登録お願いします☆



電車でお越しの方へ:近鉄八尾駅から北へ徒歩約5分です。

バスでお越しの方へ:近鉄バス 光町二丁目 徒歩2分

アリオ八尾 徒歩3分

お車でお越しの方へ:当院正面に駐車場がございます。

医療法人桜希会 東朋八尾病院 Tel 072-924-0281

〒581-0802 大阪府八尾市北本町2丁目10-54

URL:https://oukikai.or.jp

2025
Vol.9

【特集】
栄養科

目配り・気配り・心配りで、地域と共に
安心できる医療・介護を

のぞみ

東朋八尾病院 広報誌



医療法人桜希会 東朋八尾病院

NHK朝ドラ
『おむすび』
の主人公!



栄養科



管理栄養士はどんな仕事?

患者さまの栄養管理～入院中もしっかり栄養をとることが大切です～

「病気は治ったのに、退院時には体重が減っていた…」
そんなことがないように、管理栄養士は病室を訪問しながら、食事の様子や食べやすさを確認しています。
手術後の回復や発熱時、リハビリにはしっかりとした栄養が必要です。
「動かないからお腹が空かない」と感じる方もいますが、体を回復させるためには、普段より多くの栄養が必要なこともあります。
無理なく食べられるよう食事を調整していますので、気になることがあればいつでもご相談ください。

栄養指導～「食事」でサポートする栄養指導～

糖尿病、慢性腎臓病、高血圧、脂質異常症などは、食事に気をつけることで改善が期待できる病気です。
こうした病気と向き合うために、「どんな食事に気をつけたらいいの?」という疑問にお応えするのが「栄養指導」です。普段の食事の内容を伺いながら、無理なく続けられる工夫をご提案しています。
「甘い物は禁止!」「ラーメンはダメ!」ではなく、病気の状態に応じて、できるだけ食の楽しみを残しながら、長く続けられるような食事を一緒に考えていきます。

献立作り～美味しく食べて、しっかり栄養を～

入院中の献立作りは、病院の管理栄養士にとって大切な仕事のひとつです。「昔の病院食はまずかった…」という声もありますが、美味しく食べていただくことが、必要な栄養をしっかり摂っていただくための第一歩です。
治療に必要な内容を守りつつ、美味しさとの両立は簡単ではありませんが、「薬だと思って食べています」と言われないように、給食会社の方々と協力して献立を工夫しています。
ちなみに、最近の食材の価格高騰は、病院にとっても悩みの種です…。

フレイルをご存じですか?

年をとって体や心のはたらき、社会的なつながりが弱くなった状態をフレイルと言います。そのまま放置すると、要介護状態になる可能性があります。早めに気づいて適切な取り組みを行うことで、フレイルの進行を防ぎ、健康に戻る事が出来ます。下の質問に当てはまるものがありますか?



1	6ヶ月間で、2～3kg以上の体重減少がありましたか?	1. はい	0. いいえ
2	以前に比べて歩く速度が遅くなってきたと思いますか?	1. はい	0. いいえ
3	ウォーキング等の運動を週に1回以上していますか?	0. はい	1. いいえ
4	5分前のことが思い出せますか?	0. はい	1. いいえ
5	(ここ2週間)わけもなく疲れたような感じがする	1. はい	0. いいえ

3項目以上に該当する場合(3点以上)をフレイル、
1～2項目に該当する場合(1～2点)をプレフレイルと判定。

簡易フレイルインデックスより

フレイル予防のための食事のとり方

- ・3食しっかりととりましょう
- ・1日2回以上、主食・主菜・副菜を組み合わせ食べてみましょう
- ・いろいろな食品を食べましょう



合言葉は「さあ、にぎやかにいただく※」

毎日7品目
以上の食品を
食べましょう!

さ = 魚 あ = 油 に = 肉 ぎ = 牛乳 や = 野菜 か = 海藻

い = 芋 た = 卵 だ = 大豆 く = 果物

に