

腎臓にやさしい料理教室

日時：①9月11日(金)
②10月17日(土)
③11月19日(木)
④12月4日(金)
⑤1月30日(土)
会場：さいわいプラザ

★①～④回 プログラム★

<参加者 延べ56名>

- ◆講話 『腎臓にやさしい食事のポイント』
講師 管理栄養士（栄養士会）
- ◆調理実習『腎臓にやさしい料理』
- ◆個人ごとの聞き取り相談（担当管理栄養士）



★⑤回目 腎臓にやさしい料理教室のつどい★

<参加者 26名>

- ◆講話 『腎臓にきびしいことって、どんなこと?』
講師 アイ内科クリニック 院長 殷 先生



病気の程度によって班分けし、メニューを班に合わせてアレンジすることで、本人にあった料理を教えました。

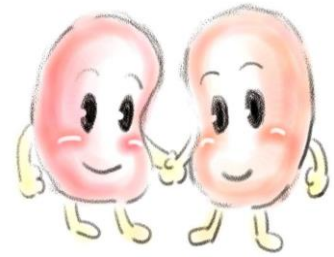
～アンケートより～

【教室の内容は満足いくものだったか？】

- ・とても満足 91%
- ・まあまあ満足 9%

【食事療法に取り組む意欲が出ましたか？】

- ・とても出た 67%
- ・まあまあ出た 33%



～参加者のご意見・感想！～

- ・料理の色彩と味にととても満足しました。感動しました。
- ・こうした教室をぜひ続けてほしい。
- ・今後も教室に参加したい。
- ・自分の生活を聞いてもらい、アドバイスをもらうことができ良かった。
- ・栄養士さんから直接話を聞いて良かった。
- ・腎臓病に絞った教室だったので、集まった同士で苦労したり工夫したりしていることを共有できた。
- ・各班に係の栄養士さんがついてくれたので、いろいろ聞いてとても有意義だった。
- ・日常の健康管理が必要であると改めて感じた。
- ・医師への相談が受けられてよかった。

～まとめと今後の課題～

- ◎参加者同士で話ができたり、班ごとに栄養士がついて話を聞けたりアドバイスできたりしたこと、つどいでは医師への質問、回答をもらえたことなど、満足感のある教室となった。
- ◎教室を継続する希望が多かった。
- △継続参加の希望が多いため、リピーターに対する検討や、個別支援の充実を図りたい。
- △参加者の補助や聞き取りなど、主治医や本人へ結果を返すためにもサポートが必要である。スタッフがスムーズに協力し合えるような体制づくりを心掛けたい。