

# 冬の行事食



## 12月

- 13日 ケーキバイキング
- 24日 クリスマス行事食
- 28日 海鮮丼
- 31日 年越しそば



## 1月

- 1日 お雑煮・おせち料理
- 7日 七草粥
- 11日 鏡開き(お汁粉)
- 15日 小豆粥
- 25日 お誕生会



## 2月

- 3日 節分(恵方巻き)
- 24日 誕生会



# 希望苑 食事だより

令和2年 冬号

## 行事食紹介

★季節感のある行事食を提供しています♪

◇海鮮丼◇



◇恵方巻◇  
(軟菜)

◇恵方巻◇  
(ソフト食)



## 血清アルブミン値について

### ◎血清アルブミン値は重要な栄養状態の指標

血清アルブミン値は、血液中のタンパク質の一種で、総蛋白の約6割を占め、栄養・代謝物質の運搬、浸透圧の維持などの働きを行います。栄養状態を評価する際、低栄養に陥っていないかどうかを調べる指標となるものです。当苑ではアルブミン値 3.0 g/dl 以下を栄養不良とみなし、栄養状態改善の為にアプローチを行っています。

### ◎血清アルブミン値が低下する原因

血清アルブミン値が低下する原因は低栄養だけではなく、栄養因子以外の他の疾患により起こる可能性もあり、総合的に栄養問題を見つけることが重要です。

- ・肝機能障害による低下
- ・タンパク質の損失による低下
- ・タンパク質の消費量増大による低下
- ・脱水により上昇することがあります

## ～春の行事食予定～

3月3日 ひなまつり

20日 ぼたもち

21日 お誕生会メニュー

4月25日 お誕生会メニュー

5月5日 端午の節句

23日 お誕生会メニュー

