

各位

丸山中央病院・ツルヤ 初のタイアップ企画

「丸山中央病院 山田シェフのいきいきレシピ」の提供をスタート!

旬の美味しい食材で「簡単」・「減塩」・「安価」な健康メニューを提案

時下ますますご清栄のこととお慶び申し上げます。また平素は格別のご高配を賜り厚く御礼申し上げます。この度、特定医療法人丸山会 丸山中央病院(理事長:丸山和敏)と長野県内に幅広く店舗展開を行っているスーパーマーケット ツルヤ(代表取締役社長:掛川建三)は、4月1日(水)より「丸山中央病院 山田シェフのいきいきレシピ」と題し店頭でのレシピ提供をスタートいたします。厚生労働省がまとめた2015年版「日本人の食事摂取基準」(平成26年3月28日発表)の1日の塩分目標量の見直しを受け、日頃から旬の食材を使い簡単・減塩・安価で美味しい料理を地域のみなさんにも作っていただくことが本企画の目的です。

当院専属のフランス料理シェフ 山田 康司(やまだ こうじ)氏は、長野県松本市の出身です。フランスで修業を積み、石鍋裕シェフのもと、名店「クイーンアリス」(東京)の料理長も務めてきました。現在は、当院の人間ドックで料理提供を行う他、月に1度病棟の患者さんに心も体も元気になっていただけるスペシャルディナーを提供しております。当院の糖尿病専門医・管理栄養士も監修として携わり栄養バランスについても考慮しております。

レシピの食材は旬の食材を使用する構成になっており、全てツルヤ様の各店舗にて販売している食材を使用しております。レシピは、全店舗に設置され、月ごとに発行されます。

ツルヤ様 店頭設置レシピ ＜丸山中央病院 山田シェフのいきいきレシピ＞

表面

丸山中央病院 山田シェフの
いきいきレシピ

まぐろの湯引き、完熟トマト、アボカド、新玉ねぎのサラダ



おすすめ食材

国産新玉ねぎ



丸山中央病院
専属シェフ 山田 康司

栄養価

- エネルギー…171kcal
- たんぱく質…12.1g
- 塩分…0.5g

**「塩」を巡る旅へ その1
塩を断つことの意味**

生活習慣病の予防、克服が、美味しく食べることに繋がっていることが明らかになり、「医食同源」は、改めて現代人の最も重要な知識となりました。その実証は、少しずつ見聞きすることから始まります。(vol.01-003へ続く)

糖尿病センター
センター長
大房 裕和




http://www.tsuruya-corp.co.jp vol.01-001

裏面

まぐろの湯引き、完熟トマト、アボカド、新玉ねぎのサラダ

材料
4人分

- まぐろ赤身(角切 または たち)160g
- 完熟トマト(中2個)…120g
- アボカド…1玉 ●新玉ねぎ…60g
- A [●酢…大さじ1 ●粒マスタード…大さじ1/2]
- 味の素…少々 ●塩…ひとつまみ(1g)
- イタリアンパセリ…少々
- B [●バルサミコ酢…小さじ1 ●オリーブオイル…大さじ1]



作り方

- ①まぐろ、トマト、アボカドはそれぞれ2cmくらいの角切りにします。新玉ねぎはスライスして水にさらしておきます。
- ②まぐろをボウルに入れ熱湯をかけ、まぐろが白くなるまで(約10秒)待って、ザルにあげて水を切り切ります。
- ③②のまぐろをボウルにもどして、④を加え、和えて冷めます。
- ④お皿にトマト、アボカド、③のまぐろを盛り付けます。まぐろを和えたソースもすまわすまわすかけ、新玉ねぎのスライスをごんもり盛って、パセリをちらします。
- ⑤食べる前に⑤をかけ、混ぜていただきます。

※完熟トマトがない場合はミニトマトを使って下さい。

特定医療法人 丸山会 **丸山中央病院**

1959年に丸山医院(上田市旧丸子町)を開業したことに始まり、現在は「丸山中央病院」として、長年に渡り地域と共に歩んできました。地域医療のニーズに応え透析専門の診療科、介護老人保健施設、訪問看護ステーションなども開設、「地域のしあわせ創りへの貢献」を掲げ、住民の健康増進・予防を目的とした活動はもちろん、地域と一緒にイベントを実施するなど、「しあわせ」を分かちあえる病院環境づくりに取り組んでいます。

丸山 康司 1966年長野県松本市生まれ
東京大学に入学するも料理の道を志し、石鍋裕シェフの「クイーンアリス」(東京)で修行を始める。フランスで研修し、帰国後料理長も務めた。現在は、丸山中央病院の「地域のしあわせ創り」に貢献する」という想いとシェフの地元への想いが重なり、病院専属シェフとして勤務。月に1度、入院患者さんにスペシャルディナーと題し、料理提供を行う他、人間ドックで提供している食事も好評を博している。

糖尿病センター
センター長 大房 裕和
長野県上田市出身(旧:真田町)
弘前大学医学部卒、日本糖尿病学会専門医および研修指導医、日本人間ドック学会専門医、日本内科学会専門医 など

協賛企業: 味の素株式会社
AJI-NO-MOTO 味の素 75g

協賛企業: エスビー食品株式会社
S&B マイク粒入り マスタード 103g

■本件に関する報道機関からのお問合せ先
〒386-0405 長野県上田市中丸子1771-1 丸山中央病院 庶務課 北澤・安藤
TEL:0268-42-1111 FAX:0268-42-1112 MAIL:maruko-koho@maruyamakai.or.jp

【2015年版「日本人の食事摂取基準」について】

国民の健康の保持・増進を図る上で、摂取することが望ましいエネルギー及び栄養素の量の基準を示すものとして健康増進法に基づき厚生労働大臣が定めるものとしています。
5年毎に改定が行われており、平成26年3月28日、「日本人の食事摂取基準(2015年版)策定検討会」の報告書が取りまとめられました。その中では、生活習慣病予防として食塩の摂取基準を下記としており、前回よりも更に少ない塩分量が設けられています。

- 18歳以上男性 「2010年版 9.0g/日 未満 → 2015年版 8.0g/日 未満」
- 18歳以上女性 「2010年版 7.5g/日 未満 → 2015年版 7.0g/日 未満」

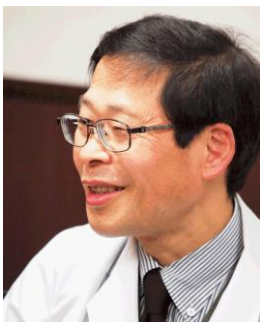
出典：日本人の食事摂取基準(2015年版)の概要(厚生労働省)

丸子中央病院専属シェフ 山田 康司 (やまだ こうじ)



1966年 長野県松本市生まれ
20才で東京大学を中退し、「クイーン・アリス」(東京)の石鍋裕シェフのもとで修業を始める。皇太子殿下が、北アルプス・常念岳に御登山された際に父親の経営する山小屋で食事担当を任されるなど長野県内でも実績を積む。
その後、フランスでの修行経験を経て、帰国後「クイーン・アリス」(東京)で料理長を務める。テレビ番組にも多数出演しており、「料理の鉄人」では、坂井宏行シェフと料理対決をした経験も持つ。現在は、丸子中央病院の「地域のしあわせ創りに貢献する」という想いとシェフの地元への想いが重なり病院専属シェフとして勤務。
月に1度、入院患者さんにスペシャルディナーと題し料理提供を行う他、人間ドックで提供している食事でも好評を博している。

丸子中央病院 糖尿病センター センター長 大房 裕和(おおふさ ひろかず)



1951年 長野県上田市出身
(旧・真田町)
弘前大学医学部卒
日本糖尿病学会専門医
および研修指導医
日本人間ドック学会専門医
日本内科学会専門医
日本病態栄養学会学術評議員
など

丸子中央病院 栄養科長 管理栄養士 平田 晴美(ひらた はるみ)



平成4年より丸子中央病院に勤務。
管理栄養士として入院患者さんに提供する食事全般に関わる他、入院・外来患者、人間ドック受診者様への栄養相談も
行っている。

株式会社 ツルヤ



●会社概要

北佐久郡小諸町(現 小諸市)に明治25年に創業

設立	昭和25年
資本金	5000万円
代表取締役社長	掛川建三
店舗数	31店舗

【企業理念】

企業使命	豊かな食生活を創造する
経営姿勢	お客さまの夢に商品で応える
行動規範	誠意と熱意で仕事に喜びを創る

■本件に関する報道機関からのお問合せ先

〒386-0405 長野県上田市中丸子1771-1 丸子中央病院 庶務課 北澤・安藤
TEL:0268-42-1111 FAX:0268-42-1112 MAIL:maruko-koho@maruyamakai.or.jp