

「食事に関するアンケート」回答

2021年11月24日(水)実施分

いつもアンケートにご協力いただきありがとうございます。回収率は98.8%でした。今回は固定の質問「主食の固さ」に加え、「ご自宅に比べて当院の野菜の量はいかがですか?」「ご自宅で野菜はいつ食べられていますか?」「好きな野菜の摂取方法はどれですか?」についてお伺いしました。

1. 「主食の固さ」について

主食の固さが「ちょうどよい」は米飯で80.0%、全粥で80%でした。米飯、全粥とも、今の当院のごはんとおかゆの状態はおおむね良好なようです。

米飯の固さには、むらがあるというご意見がありましたので、改善に努めます。

2. 「ご自宅に比べて当院の野菜の量はいかがですか?」について

「同じくらい」が44%と一番多くなっています。今回ご回答された方の多くは、日ごろから健康管理・栄養管理に関心が高いのだと推測いたします。また、病院より摂取量がかなり少ない方は、退院後、今までよりも増やすことをお勧めします。

3. 「ご自宅で野菜はいつ食べられていますか?」について

夕食で野菜を摂る方が一番多くなっています。複数回答なので、毎食摂取する方、全く摂取しない方、その差は大きいかもしれません。

日本の野菜摂取の目標量である「1日350g以上摂取、そのうち120g以上は緑黄色野菜で」を達成できるよう、毎食の摂取を心がけてください。

4. 「好きな野菜の摂取方法はどれですか?」

今回のアンケートでは、1位「炒める」2位「煮る」3位「生野菜」の順でした。歯の状態や食欲・季節によっても摂取方法は変わるかもしれません。

付け合わせ野菜やサンドイッチにはさまっている程度の野菜ではたりませんので、今一度、ご自身のお食事内容を振り返り、少ないと感じた方は、増やす工夫をしてみてください。目安は、生野菜ならば両手分、火を通した野菜ならば片手分、毎食必要です。

ビタミンや食物繊維が摂れる野菜は、血圧・血糖値・脂質異常・肥満などの改善に有効です。また、腸内環境を整えることにもつながります。

いろいろな調理法で、野菜の種類も増やすよう心掛けてみてください。

5. その他意見・感想

今回も、多くのご意見をいただきありがとうございます。ご指摘いただいた内容につきましては、今後の改善に努めてまいります。

近年は、患者さんの状態に合わせて個人対応することが多くなっておりませんが、それでも集団給食のため、おひとりごと、毎食違う対応をする事ができず申し訳ありません。病院食は、入院患者さんの摂取目標量に合わせて提供するため、塩分など嗜好に合わない方もいらっしゃると思いますが、できるだけ喜んでいただけるお食事提供に、栄養科スタッフ一同努力してまいります。

ご質問等につきましては、管理栄養士が伺いますので、お申し出ください。

アンケートにご協力いただき、ありがとうございました。