

ひやくが 百賀の時通信



2022年秋 創刊号



医療法人 百賀 時の会

富田林ときのクリニック

大阪府富田林市喜志町3丁目13番10号

☎ 0721-24-0024



医療法人 百賀 時の会

羽曳野ときのクリニック

大阪府羽曳野市白鳥2丁目3番10号

☎ 072-957-7777

ニューズレター「百賀の時通信」を創刊しました

平素より格別のご高配を賜り厚く御礼申し上げます。
この度、医療法人百賀 時の会をもっと知っていただくというニューズレターを作成しました。
当院は近年、患者様アンケートをもとにしたサービス改善や地域とのコラボ企画を進めています。
今後も当院チーム一丸となって患者様が安心して治療を受けることができるよう、日々取り組んで参ります。



医療法人 百賀 時の会
理事長 木村 伸悟

透析コラム

食欲の秋！注意したい旬の食材と目安量

秋は過ごしやすい気候で、自然と食欲がわいてくる季節です。
旬の食材は、旬でない時期のものに比べ栄養価に約2倍の差があるというデータもあります(女子栄養大学調べ)。しかし、秋の食材にはカリウムが多いため、食べ過ぎに気をつけながら、秋の味覚を楽しみましょう！

カリウム摂取をコントロールするためには、

- ① カリウムが多い食品は 1日 1種類にする
- ② 間食で食べると薬の効果が出にくいいため、食後薬を飲むタイミングに食べる
- ③ 透析が 2日空く日はいつもの半分量にする

カリウム摂取量は 1日 2000mg 以下(カリウムが高めの方は 1500mg以下)にしましょう。ご自身の状態に合わせて食べる量を調整してくださいね。

秋が旬の食品	量	カリウム含有量
里芋	ゆで・1個(40g)	220mg
柿	1個(150g)	260mg
干し芋	1枚(30g)	290mg
干し柿	1個(50g)	340mg
さつまいも	蒸し・1/2本(100g)	390mg
栗	ゆで5個(100g)	420mg



ときのクリニック TOPICS

病院食をリニューアルしました

患者様によりご満足いただける食事を提供するため献立内容を見直し、食器も新しくしました。院内調理の美味しくて栄養満点の食事をぜひお試しください！

(1食200円)



大阪芸術大学と産学連携でパンフレットを制作しました

産学連携とは、企業や地域が大学と連携し、学生のデザイン力やアイデアを実際のビジネスに活かすことで、実学に沿ってより専門性を高め学ぶことができる取り組みです。

当法人のパンフレットデザインをデザイン学科23名の学生に依頼し、最優秀作品5作品が決定。最優秀作品を当院のパンフレットとして10月より展開します！



木村院長と最優秀の学生さん

公式SNSアカウント開設しました

施設の様子や献立、お食事写真、南河内エリア情報を紹介しています。ぜひ覗いてみてください！

Follow me!



Instagram



twitter



Facebook



医療法人 百賀時の会 概要

<https://100tokinokai.com>



富田林ときのクリニック

大阪府富田林市喜志町3丁目13番10号
(喜志駅 徒歩3分)

一般内科: 月～木曜 9時～14時
人工透析: 月・水・金曜 8時半～22時
火・木・土曜 8時半～14時

羽曳野ときのクリニック

大阪府羽曳野市白鳥2丁目3番10号

人工透析: 月・水・金曜 8時半～17時
火・木・土曜 8時半～14時



自宅から病院まで
「ドアtoドア」
お一人ごとの送迎体制



22時までの
夜間透析

法人グループの介護施設を
利用しながら透析治療

(グループホームくすのき苑、デイサービス・ショートステイ弥生)



美味しい
お食事提供

