

# 糖尿病予防 食事から

14日の世界糖尿病デーに合わせ、磐田市立総合病院は5日、糖尿病予防を啓発する特別メニューの提供を院内のレストランで始めた。25日まで週替わりで計3種類のメニューを用意し、健康な食生活の大切さを市民に伝える。

## 磐田市立総合病院

同病院初の試み。栄養科の献立を考えた。食物繊維の監修で減塩、低カロリーを多く含む食事を良かん

初日から関心を集めた糖尿病予防の特別メニュー  
＝磐田市立総合病院内のレストラン「ピアンモール」



## 25日まで特別メニュー提供

で食べることで、血液中の血糖値の急な上昇を抑えることにつながるという。同病院の管理栄養士は「糖尿病の人だけでなく、健康な人にも食べてもらい、生活習慣病予防への意識を高めてほしい」と話す。

11日まで提供する「具だくさんハンバーグ定食」は、雑穀米や豆腐ハンバーグ、トウガンの煮物、レタスサラダなど野菜中心の6品をそろえた。556キロ、食塩2・8gに抑えたが、食べ応えはあり、食物繊維8・4gを摂取できる。初日から早速、女性客らの注文が相次いだ。

(磐田支局・高松勝)