

キッチン×薬局

—食事制限でつながる患者の輪—

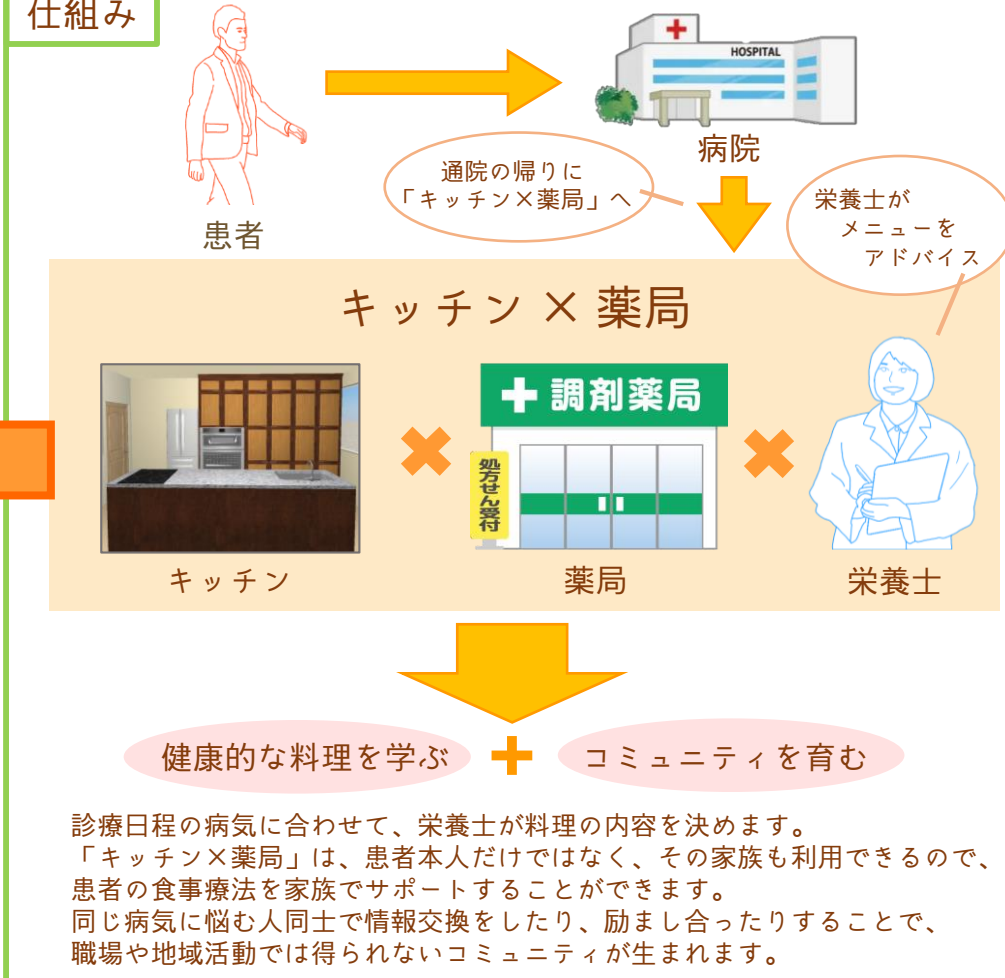
コンセプト

「キッチン×薬局」は、同じ病気に悩む人同士が通院後に薬局に集まり、健康的な料理を作りながらコミュニティを育むキッチンです。利用者は栄養士のアドバイスで、食事制限に則った料理を学びます。加えて、他の利用者と病気や食事について情報交換をするうちに、ここでしか得られない新しいコミュニティが生まれます。

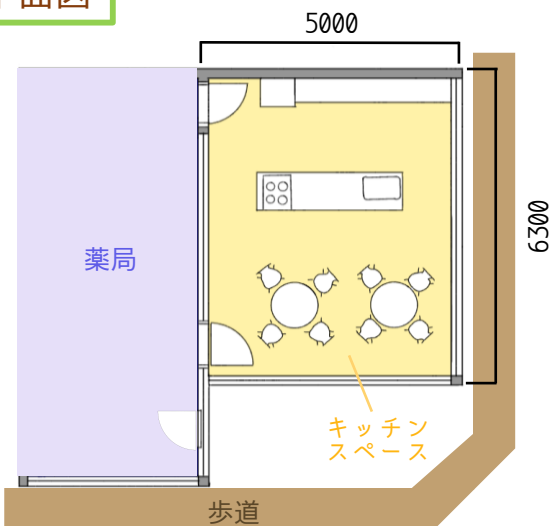
A. 団らん・優しいキッチン空間



仕組み



平面図



利用例

胃ガン手術後の患者(41歳)の場合
月曜日 17:30~



- <メニュー例>
- ・やわらかく炊いたご飯
 - ・じゃがいもと鰯のチーズ焼き
 - ・ふろふき大根

今は胃が弱っているから、消化のいいメニューは助かるな

社員のAさんは、忙しい日でも自炊ができるよう、簡単に作れて胃への負担が少ない料理を学びました。

参考: 胃を切った人を元気いっぱいにする食事160 (主婦の友社)

腎臓病患者(75歳)の場合
水曜日 11:30~



- <メニュー例>
- ・さつまいもご飯
 - ・揚げ出し豆腐の青のりあんかけ
 - ・かぼちゃの和風サラダ

腎臓病を患うBさんを応援するため、奥さんもBさんと同じ高エネルギー低たんぱくな食事に変えました。

参考: 最新版 計算いらず 腎臓病のおいしいレシピ (学研プラス)

糖尿病患者(53歳)の家族の場合
金曜日 11:00~



- <メニュー例>
- ・玄米ご飯
 - ・ナスのひき肉炒め
 - ・カリフラワーの甘酢漬

主婦のCさんは、糖尿病のご主人のために、子供も食べられる低糖質でバランスの良い食事を作れるようになりました。

参考: 専門医が治す! 糖尿病 (高橋書店)