

# なるほど!

## 身近なジョアでカルシウム

### 牛乳だけでは難しかったカルシウム補給 患者さんにも身近な「ジョア」で摂取を強化

毎朝食時に牛乳180mlを提供しているものの、カルシウムの目標摂取量を確保することが難しく頭を悩ませていた久留米大学病院。栄養価はもちろんのこと複数の観点からカルシウム補給に適した食品を探した結果、「ジョア」にたどり着きました。



#### 久留米大学病院

##### 高度で安全な医療の提供を実践

1928年(昭和3年)設立。創立90年の歴史を誇る総合病院。「人と地球にやさしい、生命(いのち)を慈しむ医療」を理念に掲げ、医療に取り組む。病棟数：23、許可病床数：計 1,018床(一般 965、精神 53) (2018年11月1日現在)

### 「これだ!」と思えた「ジョア」との出会い

当院では、カルシウムを補給する目的で、常食の患者さん全員に牛乳180mlを朝食に付けています。ところが、牛乳と食事だけで目標量を達成するのは容易なことではありません。カルシウム強化用の食品もいくつか試してみたのですが、なかなか「これだ!」と思えるものはありませんでした。いろいろ調べていくなかで、5年前に巡り合ったのが「ジョア」でした。

#### 「ジョア プレーン」を選んだポイント

- ① 患者さんの身近な食品
  - ・家庭に戻ってからも購入しやすく長く続けることができる
  - ・認知度が高く安心感がある
- ② おいしく完食しやすい
- ③ エネルギー調整が必要な方にも提供しやすい
- ④ 特定保健用食品としてデータがあり信頼できる  
※「プレーン」のみ

### 朝食時に牛乳+昼食または夕食時に「ジョア プレーン」

現在、成人の場合は常食の患者さんの昼食または夕食の献立に組み込んで、小児の場合は成長期であることを考えて毎夕食時に「ジョア プレーン」を提供。飲み残しもほとんどなく、目的としていたカルシウムの強化を実現しています。

#### 1日のカルシウム必要量600mg(50歳以上男性)

以前は：牛乳180ml(Ca約200mg) + 食事(Ca約400mg)

現在は：牛乳180ml(Ca約200mg) + ジョア1本(Ca約220mg) + 食事(Ca約200mg)



#### 施設の特徴

「当院はがん治療の方が多く、治療や退院後の食生活をサポートする必要があると考えています」

久留米大学病院 栄養部の日々の取り組みについて伺ってみました。

## 栄養部の役目は、給食管理と栄養管理

栄養部に求められるのは、給食管理と栄養管理です。給食管理で大切なのは、喫食量や衛生面。感染症を栄養部から広めてしまうことにならないよう、当院では常に十二分の注意を怠りません。また、栄養管理では入院中ばかりでなく、退院後にご自宅や施設に戻られてからも健やかに過ごしていただけるようにリードしています。

## 退院後の食生活のお手本となる病院給食

例えば糖尿病など、食事に制限を設けられている患者さんもいらっしゃいます。制限がある中でも、できるだけ美味しく食べられるように工夫を凝らした病院給食は、患者さんにとって退院後の食生活のお手本です。また、お子さんに付き添っているお母さん方は食への意識が高く、各食品が「どのような目的で選ばれているのか」を真剣にチェックされます。そうした皆さんの想いに応えるために、最新かつ確かな情報の収集も大切な業務です。



給食の内容や食材の説明、注意点などを写真付きでファイルにまとめた「栄養管理マニュアル」を各病棟に設置。病棟看護師の確認や患者さんへの説明などに利用。

### 導入後も新しい情報提供があり助かっています

当院では多職種で栄養をサポートするチーム(NST)が活発で、互いに連携しながら患者さんの栄養状態向上に努めています。食材選びは栄養部に任されており、「ジョア」の導入もスムーズでした。逆に、栄養部から先生方に情報発信することもあります。ヤクルト商品採用以降も随時新しい情報の提供があり、とても役立っています。



久留米大学病院 栄養部  
副部長補佐管理栄養士 多賀百香



久留米大学病院 栄養部  
主任管理栄養士 山田泰士

### 食事は医療の一環。食べてもらわなくては意味がありません

安全でおいしくということに、こだわっています。医療の一環としての献立でも、おいしくなければ食べていただくことはできません。食べていただかないと話が始まりませんので、そこをどうしていくかですね。栄養の管理が治療につながりますので、そのことを意識しながら日々の業務にあたっています。

# なるほど!メモ

「ジョア」が支持されるには、たくさんの理由があります。

- 理由 ①** 長年の研究成果に裏づけられた  
**乳酸菌 シロタ株が12.5億個以上**  
※1本(125mlあたり)  
乳酸菌 シロタ株は、胃液や胆汁に負けず生きて腸に届いてはたらく菌です。
- 理由 ②** 1本125mlあたり  
**カルシウム220mg入り!**  
牛乳コップ1杯(200ml)分相当のカルシウムが摂れます。
- 理由 ③** カルシウムの吸収をうながす  
**ビタミンD入り!**  
1本125mlあたり、プレーンには3.8μg、その他ジョアには2.5μg入っています。
- 理由 ④** 理想的な必須アミノ酸バランス  
**アミノ酸スコア100!**  
アミノ酸スコアとは、「必須アミノ酸」含有比率を評価する数値で、ジョアは最高値の100!
- 理由 ⑤** さまざまな年代の方に  
**飲みやすくちょうどいい量**  
多すぎず、少なすぎず、普段の食事の負担にならない量。残菜が減ったとのうれしい声も。



乳酸菌  
シロタ株

必須アミノ酸とは、人間の体に必要な20種類のアミノ酸のうち、体内では合成できない9種類のアミノ酸のことです。食べ物からの補給が重要になります。

