

徳島につせき通信

No.53

2020. 7

重要なお知らせ

小児救急の夜間・休日診療を休止

令和2年7月より、

小児救急の夜間・休日診療は行っておりません。

詳しくは、徳島県「医療とくしま」サイト内

「徳島県の小児救急医療体制について」をご覧ください。

また、下記の電話相談もご利用ください。



徳島県の小児救急医療体制について

☎ 徳島こども医療電話相談

休日・夜間の子どもの急な病気やケガなど、家庭での対処法や医療機関への受診等について、小児科医や看護師に相談ができます。

#8000 または **088-621-2365**

●月曜日～土曜日：18時～翌朝8時（年中無休）

●日曜日・祝日：24時間対応



新型コロナウイルス感染拡大防止に関する当院の対応

新型コロナウイルス感染拡大防止に関する当院の対応について、
当院Webサイトに最新情報を随時掲載しています。

患者さまやご家族さまへの注意事項等が掲載されておりますので、
必ずご確認ください、ご理解・ご協力いただきますようお願い致します。



Check!



徳島赤十字病院

新型コロナウイルス感染拡大防止に関する当院の対応ページ

にっせき通信クッキング

食欲が落ちてきていませんか？夏こそ食べておきたい肉料理。夏場に失われがちなビタミンB群が豚肉や牛肉には豊富に含まれており夏バテ予防に効果的です。パプリカはピーマンの仲間ですが肉厚で辛みがほとんどないのが特徴です。色もカラフルで見た目も楽しめます。

<作り方>

- ①パプリカはへたと種を取り除き、底の部分を少し切り除いて平らにし、横半分に切る。
- ②玉ねぎ、マッシュルームはみじん切りにし、フライパンに油（大さじ1/2）をひき中火で炒める。玉ねぎが透明になるまで炒めたら火からおろし、粗熱をとる。
- ③ボウルに合い挽き肉を入れ、②と（a）を入れて練り混ぜる。
- ④切っておいたパプリカの内側に小麦粉を軽くふりかけ、③を詰める。
- ⑤熱したフライパンに油（大さじ1）を入れ、④を並べて中火で焼く。（透明の肉汁が出てきたら焼き上がりの目安になります。）
- ⑥器に盛り付け、お好みでマスタードやケチャップをかけて出来上がり。

Cooking

MEMO

パプリカに含まれるビタミンPはビタミンCを壊れにくくし、抗酸化作用の性質を高めるため、加熱調理してもビタミンCが失われにくいと言われています。マッシュルームがなければ、その他のきのこ類で代用できます。ナツメグがない場合は入れなくてもOKです。（医療技術部栄養課）

パプリカの肉詰め



【材料（2人分）】

パプリカ（赤・黄）	鶏卵	1個
……………各1個（150g）	塩	小さじ1/2
合い挽き肉	ナツメグ	小さじ1/4
……………200g	こしょう	少々
玉ねぎ		
……………100g		
マッシュルーム		
……………4個		
粒入りマスタード・トマトケチャップ	……………お好みで	
小麦粉	……………小さじ1	
サラダ油	……………大さじ1と1/2	

栄養成分（1人分）

エネルギー	437kcal	脂 質	31.1g
たんぱく質	20.1g	炭水化物	17.6g



日本赤十字社 徳島赤十字病院

Japanese Red Cross Society

〒773-8502 徳島県小松島市小松島町字井利ノ口103番
TEL 0885-32-2555 FAX 0885-32-6350
http://www.tokushima-med.jrc.or.jp

編集・発行 徳島赤十字病院広報委員会



理念 私たちは断らない医療を実践し、みなさまの健康と尊厳をお守りします。