

★栄養管理室おすすめレシピ★

寒い日が続きますね。
今回は、今が旬の大根とお正月の残りのお餅を使ってできる料理をご紹介します。



～焼き餅のみぞれかけ～

☆材 料☆	分量(2人分)
餅(1コ 35gを使用)	6コ(210g)
サラダ油	小さじ2
大根(皮なし)	200g
うすくち醤油	大さじ1
A 酒	小さじ1
みりん	小さじ2/3
だし汁(かつお・昆布)	200ml
ねぎ	少々
刻みのり	少々

☆作り方☆

- ① かつおと昆布でだしをとる。
- ② 大根はすり下ろして水気を切る。
- ③ ねぎはみじん切りにする。
- ④ 鍋に①のだし・Aを入れ加熱し、②の大根を加えて混ぜ合わせる。
- ⑤ フライパンに油をしき、餅を油をからめながらこんがりとし色がつくまで焼く。
- ⑥ 器に餅をのせて上から④をかける。
お好みでねぎと刻みのりをかけたらできあがり♪



1人あたり：319kcal、塩分1.5g

外来診療案内

平成29年12月1日

診療科	曜日	月	火	水	木	金
内科	消化器内科	足立加津彦	今本 龍	足立加津彦	今本 龍	
	循環器内科	森 正剛	大学医	森 正剛	大学医	森 正剛
	腎臓内科		大学医			
	神経内科	田中 弘道		田中 弘道		田中 弘道
	神経内科 (予約制)			入江 秀樹 (非常勤医師)		
	内分泌内科	乗本 道子	乗本 道子	乗本 道子	乗本 道子	乗本 道子
※ 部分は予約診療の日です						
外科(予約制あり)		菅村 健二	小川 東明	水澤 清昭	菅村 健二	水澤 清昭
小児科		太田原宏子	大学医	太田原宏子	太田原宏子	太田原宏子
整形外科	一診 (再診は全て予約制)	大森 敏雄	大森 敏雄		大森 敏雄	
	二診	賀川 武	賀川 武 (予約)	大学医 (一部予約)	賀川 武 (予約)	賀川 武
	三診	水村 浩之 (予約)	水村 浩之		水村 浩之	水村 浩之 (予約)
婦人科 (予約制あり)			水田 正能 (診療13:30～)	野坂啓介(検診のみ) 【非常勤】	水田 正能 (診療午前中のみ)	
麻酔科 (ペインクリニック)		玉川 竜平				
泌尿器科			大学医		大学医	
皮膚科		大学医				大学医
形成外科					大学医	
眼科			大学医		大学医	
耳鼻咽喉科			大学医			大学医
専門外来	乳腺甲状腺 (予約制あり) 診療14:00～16:00			小川 東明 水田 正能 (第2・4週)		
	ストーマ (予約制) 診療9:00～12:00	外科	菅村 健二	小川 東明	水澤 清昭	菅村 健二
		泌尿器科		大学医		大学医
	もの忘れ (予約制)		田中 弘道		田中 弘道	
呼吸器 診療9:00～12:00			松江医療センター 非常勤医師 (第1・3週)			

◆受付時間 <<急病の方は、受付時間・休診日に関係なくいつでも診療を行っています>>

- 新患(新患窓口)
 - ・各科 8:30～11:00
 - ・婦人科(火曜日) 8:30～16:30

- 再来(自動受付機)
 - ・各科 8:00～11:30
 - ・婦人科(火曜日) 8:00～16:30

(予約外で11:30以降に受付される方は再来窓口)

- リハビリ、注射、検査、健診等(再来窓口)

8:30～11:00

※小児科夜間救急対応について

鳥取大学の小児科医師が週に

1回救急対応いたします。受診

を希望される方は、21:00まで

に電話連絡のうえお越しください。

※対応時間

毎週木曜 17:30～21:30

◆診療開始時間

各科 9:00～

※婦人科(火)

診療時間 13:30～17:00

◆予約

初診の方および当日の予約

はできません。

◆休診日

土曜日・日曜日・祝日

年末年始(12/29～1/3)