

原田病院外来診察担当表 (2019年7月1日～)

●診察時間:午前9時～12時 午後4時～6時 ●受付時間:午前9時～12時 午後3時30分～6時

☆当院では待ち時間短縮のため午前中の診察は予約制となっております☆

□一般内科外来 □糖尿病外来 □泌尿器科外来 □整形外科外来 □慢性腎臓病(CKD)外来 □在宅血液透析(HHD)外来

		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前 外来	1診	山下(和)	山下(秀)	重本	西澤	小野	重本
	2診	佐々木	西澤	水入(腎臓内科)	水入(腎臓内科)	山下(秀)	山下(和)
	3診	藤井(血液内科)	大下	藤野	小野	大下	佐々木
	4診 DM	内藤(則)	小林(貴)	内藤(則)	原田(佳)	原田(佳)	廣大
	5診	安達	原田(仁)	吉田(初診)	小林(貴)	松坂	(第1・3・5週目) / (第2・4週目) 土井(俊)(整形) / 岡野(整形)
	6診 初診	藤野	松坂	大久保(初診)	佐伯(初診)	原武	小林(知)
	7診	藤田	藤田	藤田	浅野(初診)	藤田	廣大
	8診	—	—	—	—	—	(第1・3・5週目) 原武
	放射線科	石根	石根、廣大	石根	石根、廣大	石根、廣大	廣大
午後 外来	1診	15:00～16:00(第4週目) / 16:00～18:00 循環器 木原/原武	15:30～16:00(予約) / 16:00～18:00 茂久田	15:00～18:00 碓井	16:00～18:00 原	15:30～16:00(予約) / 16:00～18:00 茂久田	15:30～16:00(予約) / 16:00～18:00 森本
	2診	14:30～16:30(不定期) 呼吸器 濱田	14:00～16:00/16:00～18:00 呼吸器/一般内科 坂本	14:00～15:00/16:00～18:00 特定健診 原田(佳)/浅野	14:00～16:00 PD 西澤	16:00～18:00 呼吸器 濱田	15:00～17:00 DM 廣大
	3診	13:00～16:00 フットケア 大下	14:20～16:00 CKD 水入	15:00～18:00 血液内科 三原	14:40～16:20 CKD 水入	14:30～16:00 CKD 西澤	15:00～17:00 漢方 原武
	4診	—	—	13:00～14:00 禁煙外来 内藤(則) 16:30～18:00 HHD 西澤	—	—	—
	5診	15:00～18:00 中島(祐)	15:30～17:30 原田(仁)	16:00～18:00 佐々木	—	—	—
	7診	13:30～16:30 リウマチ・膠原病 河野	—	—	—	—	—
		放射線科	石根	石根	石根	—	石根

※手術・救急・学会などにより担当医が予告なく変更になることがあります。

一陽会

原田病院 院長 重本 憲一郎

〒731-5134 広島市佐伯区海老山町7番10号
TEL 082-923-5161 FAX 082-921-8035

一陽会クリニック 院長 碓井 公治

〒731-5133 広島市佐伯区旭園10番3号
TEL 082-924-0033 FAX 082-924-0037

デイケアあさひ 所長 寺沢 由香

〒731-5133 広島市佐伯区旭園9番31号
TEL 082-943-8610 FAX 082-943-8600

イーストクリニック 院長 有田 美智子

〒732-0814 広島市南区段原南1丁目3番53号 広島イーストビル6F
TEL 082-506-0123 FAX 082-567-7115

横川クリニック 院長 内藤 隆之

〒733-0011 広島市西区横川町2丁目7番19号 横川メディカルプラザ3F
TEL 082-231-0111 FAX 082-231-0155

クローバー訪問看護ステーション 所長 大泉 淳

クローバー居宅介護支援事業所 所長 平田 恵美

〒731-5134 広島市佐伯区海老山町7番10号(原田病院内)
TEL 082-925-6222(訪問看護) 082-925-6221(居宅介護)
FAX 082-925-6223(共通)

ケアレジデンス楽々園 施設長 吉田 美幸

デイサービス楽々園 所長 西 幸子

クローバーヘルパーステーション 所長 甲斐 慎一郎

〒731-5136 広島市佐伯区楽々園3丁目14番3号
TEL 082-943-8686(ケアレジデンス楽々園)
082-943-8585(デイサービス楽々園)
082-943-7088(ヘルパーステーション) FAX 082-943-8588(共通)

グランホームあさひ 施設長 三上 夕子

〒731-5133 広島市佐伯区旭園9番31号
TEL 082-943-7773 FAX 082-943-8600

発行 一陽会広報委員会

〒731-5134 広島市佐伯区海老山町7番10号
TEL 082-923-5161(代) FAX 082-921-8035
ホームページ <http://www.icy.or.jp> E-mail info@icy.or.jp (一陽会 広報室)
ご意見・ご質問があれば上記の一陽会広報室までご一報ください。

周辺地図



あとがき

この秋、アジアでは初めて日本でラグビーのワールドカップが開催されます。◆ラグビーの起源については有名なエピソードがあり、1823年イギリスの名門私立高校ラグビー高校で行われたフットボールの試合で、ウィリアム・エリスという少年がルールを無視してボールを手に持ったままゴールに走りこんだ事にあるそうです。当時フットボールには明確なルールがなく、各学校で各々ルールを決めていたそうですが、ラグビー高校のボールをもって走る方式が面白いということで、ラグビー高校式フットボールとして広まったそうです。◆ラグビーの面白さは予想外の方向に弾む楕円球にあるといわれ、丸い球を作るのが難しかった当時、豚の膀胱を縫い合わせて使ったのが始まりだそうです。蹴り出そうとしたボールが逆方向に跳ね敵の胸にすっぽり収まり逆転トライというシーンも珍しくなく、そういうバウンドを「勝利の女神の気まぐれ」と表現することもあります。◆今年10月、これまで関連施設だったグランホームあさひが一陽会に加わります。ラグビーボールの如く予想外の困難に突き当たることも多々あるかと思いますが、職員一同協力して更にレベルの高い医療・介護連携を築き上げていこうと思います。(N.U)

あさひ

一陽会広報誌

令和元年
秋号
vol.62



題名「対岸から見る宮島花火」

撮影・一陽会クリニック 山形 智子

一陽会 基本理念

- 1 愛情ある奉仕の心を以て地域医療・介護に貢献する。
 - 2 和衷協同して技術の向上と人格の形成に努める。
 - 3 誠心と創意工夫を以てその職責を全うする。
- 一陽会職員は、「愛・和・誠」を是訓として、日々の診療にあたっております。

患者の権利

- 1 患者は人としての尊厳を維持する権利を有する。
一陽会の職員は患者のプライバシーの保護に努めるとともに、人としての尊厳を重視する。
- 2 患者は納得できる医療を受ける権利を有する。
一陽会の職員は患者に必要な情報提供を行い、インフォームドコンセント(説明と同意)に努める。
- 3 患者は医療機関選択の自由の権利を有する。
患者にはいかなる治療段階においても他の医師等の意見をもとめる権利(セカンドオピニオン等)があり、一陽会はこれを支援する。

原田病院 基本方針

- 1 地域ニーズに応える地域密着型の病院をめざす。
すなわち、高齢化が進む今日、高齢者の急性期医療を担うという当院の役割を明確にする。その為に、病診・病病連携を密にし、紹介患者の受け入れ、及び回復後の逆紹介を励行する。
- 2 医療、介護、福祉の関連機関と協力して、在宅医療を支援・推進する。
また医療の質を高めることにより早期社会復帰、平均在院日数の短縮をはかり、急性期型病院を維持する。
- 3 腎疾患、糖尿病、透析を中心とした急性期医療を提供する。
特に透析医療では、当地区において中心的役割を果たすよう努力する。
- 4 患者中心の医療を目指す。
すなわち患者の権利、尊厳、利益、希望を尊重した医療を実現するため、相談窓口、検討機関を広く設け、積極的に実施する。

新任医師ご紹介

4月より新しく7名の医師が就任しました。



内科 茂久田 翔 医師
 広島大学 医学部(2006年卒)
 医学博士(2015年)
 日本内科学会 認定内科医、
 日本臨床検査医学会 臨床検査専門医
 インфекションコントロールドクター

広島大学卒業後、東京や愛媛などのいくつかの病院で勤務させていただき、内科全般を総合的に研修して参りました。

7年前より臨床医としての業務を離れ、広島大学大学院、及び、留学先の米国スクリプス研究所で基礎生物学の研究に従事しました。この度広島に帰郷することとなり、医師としての新たなスタートを切ることとなりました。原田病院では、様々な職種のスタッフの皆さまのお世話になり、何とか医師としての職務を全うさせていただいております。一日でも早く慣れ、原田病院の一員として、地域の皆さまのお役に立てるよう努力して参ります。今後ともご指導よろしくお願い申し上げます。



内科/腎臓内科 吉田 健 医師
 三重大学 医学部(2009年卒)
 医学博士(2018年)
 日本内科学会 認定内科医
 日本腎臓学会 認定専門医
 日本透析医学会 認定専門医

2009年に三重大学を卒業後、県立広島病院で初期臨床研修医として勤め、その後腎臓内科に入局し、JA広島総合病

院、広島大学病院、更に大学院へ進学し、昨年、土谷総合病院で勤務しながら幹細胞治療に関する学位を取得致しました。これまで腎臓関連の疾患や腎代替療法について主に診療を行って参りましたが、腎疾患は全身の不具合を起こす疾患であり、臓器にとらわれず幅広く診療できる知識と技術を身につけるべく精進していきたいと思っております。まだまだ若輩ではございますが、持てる知識を総動員して当院での診療に携わっていき所存ですので、何卒宜しくお願い申し上げます。



内科/腎臓内科 大久保 愛子 医師
 山口大学 医学部(2010年卒)
 日本内科学会 認定内科医
 日本腎臓学会 認定専門医
 日本透析医学会 認定専門医

2010年に山口大学医学部を卒業し、県立広島病院、呉共済病院、土谷総合病院、JA尾道総合病院で腎疾

患や透析療法に携わって参りました。原田病院では腎疾患のみならず内科全般において広く診療に携わり、多くの患者さんのお役に立てればと考えております。近隣の諸先生方と連携を取りながら、地域の皆さまにより良い医療を提供できるよう日々精進して参りますので、宜しくお願いいたします。



内科/腎臓内科 佐伯 友樹 医師
 宮崎大学 医学部(2010年卒)
 日本内科学会 認定内科医

宮崎大学医学部を卒業後、広島大学病院で初期研修を行い、その後、東広島医療センター、土谷総合病院で勤務し、主に腎臓や透析医療を行って参り

ました。新しい病院という事で、今までの病院と勝手が違う部分が大きく、赴任してきた当初は戸惑うことも多かったのですが、最近では大分慣れてきた所です。これから、原田病院の一員として、地域の皆さんの少しでもお力になれるように、がんばっていこうと考えております。まだまだ未熟な身ですが、皆さまのご指導のもと日々成長していけるように努力していきたいと存じます。今後とも、どうぞよろしくお願い申し上げます。



内科/腎臓内科 原 大輔 医師
 川崎医科大学(2014年卒)
 日本内科学会 認定内科医

私はこれまで広島大学病院、三次中央病院で勤務し腎疾患・透析療法および一般内科の診療に携わって参りました。転勤に伴い周囲の環境も変化し、慣れないこともあってスタッフの皆さま方

にはご迷惑をおかけすることもあると思いますが、新たな職場においてもこれまで同様精励する所存ですのでご指導ご鞭撻の程宜しくお願い致します。患者さんには自身のこれまでの経験や知識を生かして適切な治療をご提供できるよう努めて参る所存です。その他、気になることや不安なことがありましたら何でもご相談いただければ幸いです。当院の医療に貢献できるよう取り組んで参る所存ですので何卒宜しくお願い申し上げます。



内科/腎臓内科 森本 恵美 医師
 岡山大学 医学部(2015年卒)
 日本内科学会 認定内科医

岡山大学を卒業後、地元である広島に戻り、国立病院機構呉医療センター・中国がんセンター、広島赤十字・原爆病院で勤務し、主に腎疾患・透析療法に携わって参りました。原田病院は腎

疾患・透析療法領域だけでなく、総合内科診療も盛んな病院であり、日々の診療を通じて幅広く自己研鑽を積んで参りたいと考えております。また、患者さんが満足して治療できるよう、尽力していく所存です。小さなことでも構いませんので、お力になれることがございましたらお声がけ下さい。未熟者でご迷惑をお掛けすることも多々あるかと存じますが、ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い申し上げます。



総合診療科 浅野 駿太郎 医師
 金沢医科大学(2015年卒)

金沢医科大学を卒業後、広島大学病院で初期研修を行い、広島大学病院 総合内科・総合診療科に入局しまし

た。その後、広島大学病院、広島市立安佐市民病院で研修いたしまして当院に着任いたしました。原田病院は高齢の患者さんも多く、総合診療医の需要がある病院であると感じております。自身が求められることを把握し、原田病院スタッフの一員として適切な医療を提供できるよう努めて参りたいと思っております。上級医の先生のご指導の下、成長していけるよう努力していきたいと思っておりますので何卒よろしくお願い申し上げます。

近隣医療機関のご紹介

半明内科クリニック (廿日市市宮内)

「医療・福祉の更なる連携に取り組んでいます。」

当院は、昭和63年に廿日市市宮内に開院し、又、当初から半明原診療所を併設する等、一貫してより身近な医療の提供を心がけてまいりました。

「医療・福祉の連携」が叫ばれていますが、それを具現化するため、平成14年に社会福祉法人廿日市福祉会を創設し、現在は入所施設としてのケアハウス及び特養に加え、2種類のデイサービスセンター(通常型・認知症対応型)、ショートステイ、居宅介護支援事業所の運営、さらに、関連法人によるホームヘルプサービス事業も含め、総合的な福祉サービスの提供を行っています。こうした中で、原田病院さんは常に地域連携に注力されておられ、当施設入居者もたくさんの方がお世話になり、大きな支えとなっています。今後も、共に地域医療の増進に努めてまいりたいと念願しております。

宮島を一望する緑豊かな半明原へどうぞお気軽にお立ち寄りください。

半明内科クリニック 院長 半明 晃二



- 特別養護老人ホームまごころ半明原(地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護)
・利用定員28名
- 短期入所生活介護事業所まごころ半明原(短期入所生活介護)
・利用定員 9名
- デイサービスセンターこすもす半明原(認知症対応型通所介護)
・利用定員 12名
- ケアハウスまごころ半明原(軽費老人ホーム・ケアハウス)
・利用定員 30名
- デイサービスセンターまごころ半明原(通所介護)
・利用定員 30名
- 介護保険相談室こすもすケアセンター(居宅介護支援)



- 所在地 〒738-0034 廿日市市宮内4-10-23
TEL:(0829)39-0111 FAX:(0829)39-1115
- 診療科目 内科
- 診療時間 午前 8:30~12:00 午後15:00~18:00
- 休診日 木曜日午後、土曜日午後、日曜日、祝日
- 駐車場 5台





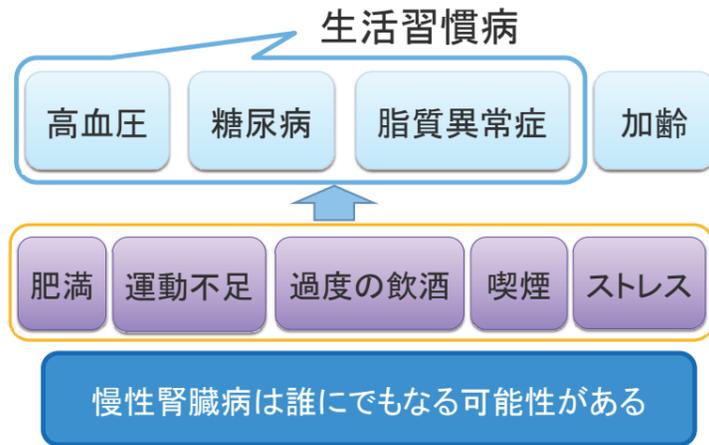
透析看護について



透析看護認定看護師
木村 奈穂子

現在、慢性腎臓病(chronic kidney disease=CKD)の患者さんは全国で約1330万人、成人の8人に1人の割合と多く、新たな国民病とも言われています。この慢性腎臓病は新たに発見された疾患ではなく、腎臓の障害が慢性的に続いている状態のことをいい、原因には様々な腎臓病や全身疾患があり、腎臓病以外に、高血圧や糖尿病、高脂血症などの、生活習慣病にかかっていると発症する可能性が高いといわれています。そのため、生活習慣病の原因となる肥満や運動不足、過度の飲酒、喫煙、ストレスにも注意が必要となります。また、腎臓は年齢とともに機能が低下するので、高齢者では慢性腎臓病になる可能性が高くなります。近年、内臓脂肪が増えることで生活習慣病や心血管疾患になりやすい、「メタボリックシンドローム」が話題となっています。慢性腎臓病はそのメタボリックシンドロームと関連があり、誰にでもなる可能性がある病気です。

慢性腎臓病(CKD)の原因

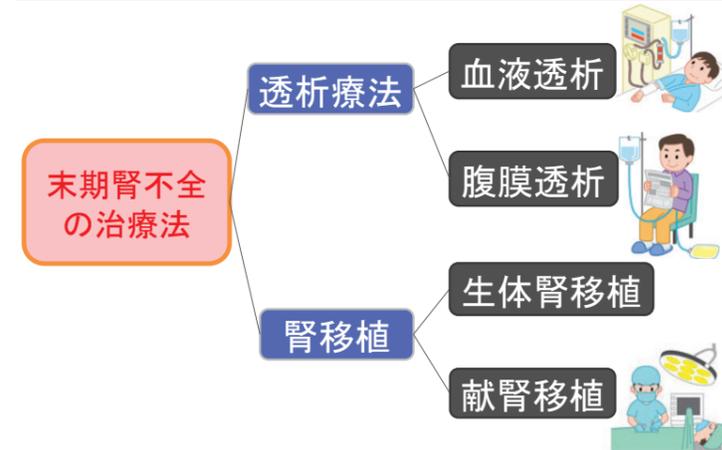


そして、慢性腎臓病の初期は自覚症状がありません。病気が進行すると、夜間尿、貧血、倦怠感、むくみ、息切れなどの症状が現れてきます。これらの症状が自覚される時には、すでに慢性腎臓病が進行している場合が多いといわれており、体調の変化に気がつけているだけでは早期発見をすることが難しいのがこの病気の特徴にもなります。早期発見をするためには、定期的な検査が有効であり、腎臓の働きの指標として、糸球体が1分間にどれくらいの血液を濾過して尿を作れるかを示す値GFR(糸球体濾過量)で表されます。

慢性腎臓病の病期によって内容は異なりますが、食事の変化、活動量低下、薬物管理、日常生活の変

更など生活面での問題が生じやすくなり、このような状況に対して患者さん個々が折り合いをつけながら適応をしていくこととなります。そこで、患者さんがQOL(生活の質)を維持しながら問題や課題、多くの変化と向き合うことができ、患者さんが健康であると自覚できるような看護の提供をしていきたいと考えています。そして、慢性腎臓病が進行すると生命保持の為に腎代替療法として透析療法(血液透析・腹膜透析)や腎移植による治療が必要となってきます。

腎代替療法(RRT)の種類



透析治療を開始する時には多くの患者さんは何らかの尿毒症症状を生じている場合が多く、透析治療で症状が改善し身体的苦痛は軽減されたとしても継続的な透析治療生活の開始となると変化が生じます。そこで、患者さんの治療や療養生活の継続、生命予後・QOL(生活の質)の向上へ貢献し、最期まで尊厳をもって人生を全うすることを支えていくことを大切にしながら支援をしていきたいと考えています。

透析看護は、透析治療に至るまでの慢性腎臓病患者さん、透析治療をしながら生活をされている患者さんとそのご家族を対象としています。透析看護認定看護師として、専門的な知識・技術をもって透析療法を受ける患者さんに対して、個別性を考えながら最適な看護や安全で安楽な治療環境の提供、透析治療を必要とする患者さんが治療の選択を自己決定できるような支援、長期療養生活に向けて患者さんやご家族、患者さんを取り巻く人への支援を行っていきたくと考えています。

私は、患者さん個々の“その人らしい人生”を大切に、病気や治療などと上手く向き合い・付き合っていけるよう、お話を伺いながら気持ちに寄り添うことを心がけています。そして、患者さんの背景や必要とされている支援は多様化し、高齢化や多くの病気を抱えている患者さんが治療を継続できるよう看護師だけではなく医師、臨床工学技士、管理栄養士、薬剤師、MSWなど多くのスタッフと情報共有をしながら支援をさせて頂きたいと考えています。



連携病院のご紹介 Vol.8

地域連携室 課長 佐々木 章

医療法人みやうち 廿日市野村病院

当コーナーは、当院が医療連携を結んでいる病院の、主に連携担当者としてご活躍されている職員さんにスポットを当ててご紹介させて頂くコーナーです。今回は、医療法人みやうち 廿日市野村病院の地域連携相談室をご紹介します。合わせて介護老人保健施設ひまわりの相談員さんにもお話をお伺いしました。

○いつも大変お世話になっております。皆さんとは勉強会で顔を合わせることも多く、日常的に交流させてもらっていますが、今日はあらためてよろしくお祈いします！（一同）こちらこそよろしくお祈いします！

○廿日市野村病院さんの病床数や地域連携相談室の職員構成などを教えてくださいませんか？

（木戸相談員）はい！当院は一般病床（特殊疾患病棟）が34床、療養病床（医療療養病床）が68床、計102床のベッドを有しています。特殊疾患病棟では神経難病や意識障害の患者さんの受け入れも行なっています。自宅への退院を希望される方には退院に向けた支援をおこなっていますのでご紹介頂ければと思います。地域連携相談室のスタッフは6名です。病院担当は木戸、井岡、富田、横田の4名、介護老人保健施設ひまわりは、小椋、松浦の2名が担当しています。

○現在の連携室業務について教えてください。

（富田相談員）病院では在宅復帰される患者さんが増えています。これからいろいろな事業所と連携を取りながら、スムーズな退院支援が行えるよう頑張っていきたいと思っています！

（小椋相談員）当施設でも在宅支援に力をいれています。入所前にリハビリスタッフや看護師とともに自宅へ訪問し、事前に課題を確認するなどして退院に向けた準備を行っています。

（横田相談員）私は今年入職したばかりですが、先輩方に指導を受けながら早く一人前になれるよう頑張っていきたいです！皆さんがとても親切にしてくださいるのでありがたいです！

○認知症に関する取り組みについて教えてください。

（木戸相談員）平成28年10月より廿日市市の委託事業として「認知症初期集中支援チーム」を立ち上げ、廿日市市地域包括支援センターと共同で活動しています。認知症の方、認知症の疑いのある方、そのご家族のお家を訪問し、認知症に関する相談をお受けしています。また、毎月第4日曜日には、廿日市駅前で認知症カフェ「n-caféひまわり」を開催し、子供からお年寄りの方までいろいろな方に参加頂き、認知症について学びを深めていただきながら様々なイベントを通じて交流を深めています。

○ありがとうございます！それと以前、美術作品の展示やイベントが行えるギャラリーをお持ちだと聞いたのですが？

（木戸相談員）「アートギャラリーみやうち」という、公益財団法人みやうち芸術文化振興財団で運営管理しているギャラリーがあります。美術作品の展示やワークショップなどのイベント等、様々な企画運営を行っていますのでぜひお越しください（詳しくは法人HPにて）。

○本日はお忙しい中ありがとうございました！これからもよろしくお祈いします！



医療法人みやうち 廿日市野村病院



地域連携相談室の皆さま

第30回 健康フェア 令和元年10月27日(日)開催

毎年多くの方々にご来場いただいている「健康フェア」、今年は例年より1か月早く開催させていただきます。

例年通り、血液検査・骨塩量測定などの健康チェックをはじめ、健康・介護相談、

医療機器ご紹介など、皆さまの健康をサポートする催しに加え、30回開催記念品をお配りすることも予定しています。

職員一同、しっかりと準備を整え、皆さま方のご来場を心よりお待ちしております。



コラム いきいきさん

ケアレジデンス楽々園 生活相談員 川崎 恵子



笑顔で過ごされている姿に出会うと幸せな気持ちになります。

平成25年6月にサービス付き高齢者向け住宅ケアレジデンス楽々園が開設した時から生活相談員として勤務しております。

見学に来てくださる方、入居された方、ご家族の話を伺う事は、経験を重ねてこられた人生の重みを感じ、関わってきた時間は、私にとって貴重な経験となっています。

「住宅」という住まいの中で自分らしく暮らせるよう、ケアマネジャーを中心に医療・介護の専門職が関わり、その狭間をケアレジデンス楽々園のスタッフがつないでいます。不安そうに入居された方が、様々な支援で安心して笑顔で過ごされている姿に出会うと幸せな気持ちになります。

ご家族にはかないませんが、ご縁があって入居された皆さまが安心できる住まいになるよう、微力ですが私も関わらせていただけることに感謝しています。日々の生活が、心穏やかに暮らしていただけるよう、顔を見たら安心してもらえる存在になれるよう、いつも笑顔で寄り添っていきたく思います。今後ともよろしくお祈い致します。



健康レシピ ポークビーンズ



今回はトマトをたっぷり使ったポークビーンズをご紹介します。トマトの赤色はリコピンという色素成分です。リコピンがもつ強い抗酸化作用が、活性酸素の働きを抑え細胞が酸化するのを防いでくれます。熱に強く、油に溶けやすいため、油で炒めたり煮込んだりしてもその力を発揮してくれます。また、豚肉と大豆が入ることで良質なたんぱく質の摂取もできます。体の組織は日々生まれ変わりますが、たんぱく質は体を構成するあらゆる組織の材料となるため、不足しないよう毎食取り入れるようにしましょう。

エネルギー：112Kcal/たんぱく質：5.6g/塩分：0.5g

《材料(1人分)》

- 水煮大豆…………… 16g (1/8カップ)
- 豚肉(薄切り)…………… 10g (1枚)
- 玉ねぎ…………… 50g (1/4個)
- 人参…………… 15g (1/10本)
- ホールトマト…………… 20g (1/10カップ)
- 乾燥パセリ…………… 少々
- 料理酒…………… 1g (小さじ1/5)
- ケチャップ…………… 15g (小さじ2.5)
- 油…………… 2g (小さじ1/2)

《作り方》

- ① 豚肉は5mm～1cm幅、玉ねぎ・人参は1cm角に切ります。
- ② フライパンに油をひいて豚肉を炒め、火が通ったら玉ねぎと人参を加え炒めます。
- ③ 玉ねぎが透き通ってきたら、水煮大豆をザルにあげ水切りし、②に加え軽く炒めます。
- ④ ホールトマトを加え軽く崩しながら混ぜ、料理酒・ケチャップを加え10分程度煮込む。
- ⑤ 器に盛り付け、パセリをふります。

管理栄養士 村本 奏