

看護師応援情報誌【ネスト】

Nest

Vol.32

2017
AUTUMN
WINTER

「感染対策レポート」医療の現場より
——くまもと森都総合病院——

熊本地震の経験を生かして
適切な対策が感染を防ぐ

「ドイツから最新情報」

バイオフィルムの生成を防ぐために



医療の現場より

くまもと森都総合病院

感染管理認定看護師
満井 美奈子さん

熊本地震の経験を生かして 適切な対策が感染を防ぐ

大正時代の診療所開設以来、
長年地域医療の拠点を担ってきたくまもと森都総合病院。
新病院への移転を進めていた2016年4月、熊本地震に見舞われました。
災害時の感染対策で奔走した感染管理認定看護師、
満井美奈子さんにお話をうかがいました。

※満井さんは2017年9月の取材時点では感染対策室看護師長でした。
10月からは3東病棟の師長として勤務されています。



震災で備蓄の大切さを痛感

Nest編集部（以下、編） 初めに、貴院について教えてください。

満井 もともとは1922（大正11）年、熊本通信診療所として開設しました。その後、運営母体が旧通信省（現在の総務省）からNTTに移管されて企業立病院に、さらに医療法人への移管を経て、2012年、くまもと森都総合病院となりました。それから建物の老朽化のため、2017年4月、現在の場所に移転しました。

編 どのような患者様が来られますか。

満井 熊本県のがん診療連携拠点病院に指定されているため、がん関係の疾患の方が多いです。移転してからは緩和ケア病棟も設置されましたし、乳腺センターもあります。総合病院ですので、患者様の体にかかわることはすべて、細かいところにも配慮できるようなサポートをしています。また、歴史があるため、家族代々で来られる患者様も多いです。

編 移転前に、熊本地震に被災されたとお聞きして

います。当時の状況を教えてください。

満井 以前の病院は、築80年ほどの古い建物でした。川をまたいで西棟と中棟、東棟が建っていたのですが、東棟がかなり揺れ、7階屋上に設置していた備蓄用の水タンクが破損しました。2つのタンクに13トンずつ入れていましたので、夜中に滝のような水が、階段を伝って流れ落ちてきました。

編 他のライフラインはどのような状態でしたか。

満井 上下水道やガスが使えなくなりましたが、電気は使うことができました。

編 病院の建物の状態はいかがでしたか。

満井 一番揺れが激しかった東棟は、壁に亀裂が入り、医局の机の上に置かれていた物はすべて落下、床は水浸しになりました。中棟のナースステーションや準備室などでも、棚の中に入れていた物が飛び出してくるなど、病院の中はどこも危険な状態でした。エレベーターは、全棟でストップしてしまいました。

熊本地震の様子



エレベーターが使えず、スロープでベッドを運んだ



患者様の情報をDMATのスタッフと共有



避難所でも、手指衛生から指導した



災害時の感染対策について話す満井さん

編 患者様には、どのような対応を取られましたか。

満井 一番頑丈な中棟の1階ホールに避難してもらいました。エレベーターが使えず、らせん状のスロープでベッドや医療器具を降ろしました。患者様にはそこで一晩を過ごしていただきました。食事は、非常食を食べてもらいました。翌日には、患者様の安全確保のため、DMAT（災害派遣医療チーム）に協力を依頼して他の病院に移っていただきました。

編 満井さんはどう動きましたか？

満井 私は当院の感染対策に加えて、中央区内の避難所27施設の感染対策に取り組みました。

編 災害時における院内感染対策で苦労されたことを教えてください。

満井 水の確保に苦労しましたね。水は飲むだけでなく、手を洗う水や食べ物を洗う水、トイレ、掃除など衛生管理の面からも必要ですので困りました。例えば、トイレが水で流せないといろいろな病気が発生する確率が高くなりますので。

編 水はなかなか復旧しなかったのですか。

満井 一般家庭は3、4日で復旧しましたが、水圧が十分でなかったため、病院の全館復旧には時間がかかり

災害に強い病院づくりとは

ました。復旧まで、きれいな水は近くの公園に来た自衛隊の給水車から確保し、トイレ掃除用の水は軽トラック、水タンク、発動機を借りて湧水池でくんできた水を使いました。

編 避難所において感染対策で苦労されたことは。

満井 避難されている方たちに、感染対策を意識してもらうのが大変でした。例えば、ボランティアの方がおにぎりを配る時、「食べなかったら捨ててくださいね」と声をかけるのですが、それを「もったいない」と捨てない方もおられます。ペットボトルも、1日置くと細菌が繁殖してしまうので、「飲み残しは捨ててください」と言うのですが、2日目まで飲んでしまう。常温で長期間保管すると細菌が繁殖する恐れがあります。また、炊き出しの時は、食べ物を渡す方も受け取る方も手を消毒するなど、ボランティアに来た人にも周知が必要でした。もし感染性胃腸炎がアウトブレイクしてしまったら、大変です。各避難所の管理者には災害時の感染対策の本を配り、消毒液の濃度やゴミの管理など、細かい部分まで指導しました。



熊本地震によって九州地方は大きな被害を受けました。混乱の中で、被災地を含む病院の多くが課題を抱えながら入院患者への医療を続けておられることは、様々なメディアが伝えていました。私たちは、震災後すぐに各病院を訪問し、機器の点検をさせていただきました。その時に、当社の機器が院内感染を制御するために必要とされていると実感しました。今後も、会社の理念「全ては患者様の笑顔のために」何ができるかを考えて行動していきたいと思っています。

（小川医理器 九州エリア営業担当）

1人1人まで目が届く感染対策を

編 改めて、どのような備蓄が必要だと考えますか。

満井 まずは水ですね。マスクや手袋、エプロンなどの個人防護具も大切です。洗うことができませんので、使い捨てのディスポーザブル製品が役に立ちました。案外使えたのはビニール袋。患者様に食事などを配る時に重宝しました。当院はディスポの清拭タオルをたくさん備蓄していましたので、患者様の手や顔をなどをふく時に重宝しました。

編 新病院では、震災の経験は生きましたか。

満井 震災の経験に加えて、勉強してきた感染対策からの視点も役立ちました。例えば、屋上に設置していた水タンクは地上に置きましたし、1個が破損しても、別のタンクは使えるように、複数のタンクに分けて備蓄して



災害時に備え、各階に自動販売機を設置。隣のスペースには備蓄品が入っている

います。この建物は免震設計ですが、免震でも、地震の力を抑えるために揺れますので、家具や備品などは、天井との間にすき間を作らずに取り付けられるものを選びました。

編 他に工夫されたことは？

満井 機器の選定には気を遣いました。使いやすく維持しやすい、そして掃除しやすいことと、故障しにくいものを選びました。長く持たなかったり、維持に手間がかかったりすると、結局現場が困ることとなりますので。さらに、人が集まることにより起こりやすくなる交差感染を防ぐため、トイレや洗面所の数も増やしました。ま



リンクナースは、班ごとにきめ細やかな活動を行う

た、前からほしかったベッドパンウォッシャーを導入しました。

編 ベッドパンウォッシャーを使うメリットは？

満井 使用後の尿器を病室に置いておらずに、すぐに洗浄して使えるようになりましたので、病室内のアンモニア臭が減りました。患者様が病室でより快適に過ごせるよう、常に、患者様のベッドサイドに消毒されたものを供給したいので、将来的にもう少し導入台数を増やせたらと考えています。

編 感染対策の内容について教えてください。

満井 中規模な病院ならではの、1人1人までに目が届く感染対策を重視しています。中途採用者や産休からの復帰者を含む全員を対象に、現場に出る前に、必ず感染対策の研修を受けてもらいます。掃除の担当者にも徹底し、約1年かけて、掃除のマニュアルを一緒に作りました。当院の感染対策は評価が高く、病院機能評価は、Aを上回るS評価をいただくまでになりました。

編 現場では、どのような対策を取っていますか。

満井 リンクナースの機能を強化し、手指衛生班や廃棄物班、広報班、教育班、ラウンド班、サーベイランス班の6班に分かれて活動しています。それぞれに役割があり、廃棄物班なら、感染性廃棄物の管理方法をチェックして改善・指導します。手指衛生班であれば、毎月、1人1人に持たせているアルコールの量を集計します。最低ラインの100ミリを超えなかったスタッフには、私からアドバイスするようにしています。広報班は、毎月、気を付ける点を写真などで各部署に配布、ラウンド班は、毎月各部署を回り、多方面からの指示を現場に



スタッフ同士で連携して感染対策に取り組む

組織を、地域を巻き込んで取り組む

フィードバックします。ICT（インфекション・コントロール・チーム）も院内にあり、医師や臨床検査技師、薬剤師、事務の方も一緒に、対策を取っています。

編 感染対策で、大切だと考えられていることは。

満井 病院の中だけでなく、学校や公民館など地域に入って指導する必要性を感じています。例えば、インフルエンザやマイコプラズマ肺炎になり、病院に来てからでは遅いので、子どものころから、きっちり予防策を教えられる場がほしいです。現在は、地域で指導する機会を探っているところです。例えば、インフルエンザが流行

る時期の前に学校に行って講演するなど指導の機会があるとよいですね。

編 自ら取り組む感染対策が必要なのですね。

満井 小さなころから感染対策を見て学んでいけば、大きな抵抗もなく自然と自分で取り組みます。多くの人がある程度の知識を持ち、対応できるようになるのが理想です。病院の中でも、私が指導をしなくても、それぞれのスタッフが自立して、動けるような組織づくりをしたいと考えています。防災対策についても、同様に取り組みたいですね。



ベッドパンウォッシャーには、使い方を分かりやすく掲示している



スタッフが集まり、感染対策の情報を共有する

実施している感染対策の取り組み



アルコール消毒液を入れたポシェットを持ち歩く



マスクやエプロンなどのPPEは洗面台のそばに設置



洗面台は、ひじまできちんと洗えるように深さを工夫した

機器導入による効率化



様々な器具を同時に洗浄

尿器をはじめとした様々な器具を、一度に洗浄することができます。これまで別々に手洗いしていたものも同時に洗えるため、洗浄作業のスピードがアップし、業務の効率化が進んだ。



扉は赤外線センサーで自動開閉

本体に触れずに扉を自動開閉できるため、衛生面でも安心。本体の赤外線センサーに手をかざすと、自動で感知して作動するため、ボタンを押す手間も省ける。操作も、プログラムボタン一つで完了。



待機時はToppo oneを利用

機器が使用中で、使用済みの尿器や便器をすぐに洗えない時は、乾燥・凝固防止スプレー「Toppo one」を利用し、一時待機。静菌効果で微生物の増殖も制御できるだけでなく、汚物の乾燥や固着を防止できる。

医療法人創起会 くまもと森都総合病院

〒862-8655 熊本市中央区大江3-2-65

受付時間：8:00～11:00、12:30～15:30
(再来機での受付は7:30から)

診療時間：診療科により異なる

休 診 日：土曜日、日曜日、祝祭日

電話番号：096-364-6000

病院理念：質の高い医療で地域に愛される病院に

- 患者さんと良好なパートナーシップを築き、満足度の高い医療の提供に努めます。
- 地域医療機関と連携し、地域に根ざした医療サービスを推進します。
- 優れた医療人を育成し、安全で質の高い医療を提供します。

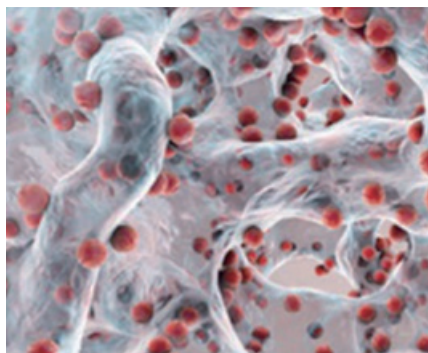


総合診療科 / 肝臓・消化器内科 / 血液内科 / 循環器科内科 / 腎臓内科 / リウマチ・膠原病内科 / 乳腺センター / 外科 / 整形外科
緩和ケア科 / 放射線科 / 皮膚科 / 産婦人科 / 眼科 / 歯科口腔外科 / 麻酔科・ペインクリニック / 病理診断科 / 禁煙外来

バイオフィームとは

バイオフィームとは、微生物が生き延びるために、自身が産生する粘液とともに作る膜状の集合体である。

専門家は、シアノバクテリア(藍藻)が数十億年前から地球上に生息していたと推定している。シアノバクテリアは光合成をする際に水素を必要とするため、水を分解し、その廃



棄物として酸素を放出する。この時、バイオフィーム形成によって、菌自身を外部環境から隔離し、保護していると推察される。

Trampuz氏^{※1}によると、バイオフィームはアメリカのイエローストーン国立公園内にある高温の硫黄泉や、南極の氷河などあらゆる場所に存在している。

バイオフィームはどのような構造になっているのか。物質に付着した細菌が分泌する細胞外多糖は、バリアーや運搬経路の役割を果たし、内部の細菌を環境変化や化学物質から守る。この働きにより、生息密度の高い閉鎖的なコロニーが形成され、(内部の細菌の)恒常性が保たれるのだ。

栄養状態や温度、光など様々な条件により、規模や形態は異なるが、バイオフィームはどこにでも現れる。土壌や堆積物、石の上、

植物や動物(粘膜)、氷河、沸騰した温泉、砂漠の岩、希釈された硫酸やナトリウムの上にも出現する。また、航空機や宇宙船、潜水艦の燃料タンク、放射線で汚染された場所のほか、病院にも存在する。病院では、カテーテルやインプラント、医療器具に存在する。実際に、インプラントの様な医療器具にバイオフィームを形成することもある。

微生物は、病院内のスタッフや患者の皮膚の表面に存在し、水道の蛇口を触ることで感染する。水道管や外科器具、洗浄が難しい内視鏡の表層に、ブドウ球菌や黄色ブドウ球菌、緑膿菌、大腸菌やアシネトバクターなどが見られる。医療器具にこれらのバイオフィームが形成されると、消毒薬や抗生剤が効きにくく除去できなくなる、といったさまざまな弊害が発生する。

バイオフィームの生成を防ぐために

院内感染の専門家は、長年にわたり、病院やケアホームにおける水や空調などの設備が、(レジオネラだけではなく)HAI^{※2}を拡げる原因となっていると警鐘を鳴らしてきた。

特に、水洗トイレの水は細菌の温床としてみなされ、2014年のドイツ感染学会において大きく発表された。トイレだけでなく、病院にあるすべての汚水槽に関しても同様のことが考えられる。MEIKO社のデザイン担当役員、Marcus Danner氏は、このことが、同社が汚水槽のデザイン変更をした大きな理由の一つである、と言う。

新しい汚水槽は、以前(のタイプ)と同様に、ステンレス製で底が深い形状をしている。以前はロート状になった槽の上部に水が出てくるすき間が存在していたが、(新しい汚水槽では)槽自体を一体成型にしてその隙間

をなくし、二つのジェットノズルによって洗浄槽を死角なく洗浄できる構造に変更した。これは、らせん状の連続した水で水流の膜を作り出し、汚れを洗い流すためだ。

汚水槽だけでなく、ベッドパンウォッシャー



も細菌の温床となる可能性がある。しかし、Toplineはすべての内部配管及びノズルに蒸気を通る設計となっている。これは、すべての患者様やスタッフの安全を守るため、バイオフィームの生成を防ごうと考えたものだ。



※1 Trampuz氏はドイツベルリンにあるCharite-University Medicineの感染症学教授であり、Infection Diseases Research Laboratoryの所長を務める。特にインプラント関連感染症における診断・治療の新技术の開発などが研究テーマである。

※2 医療関連感染症

旅するローカル京都

亀岡エリア

嵐山から電車で8分、
「京の奥座敷」として
親しまれる亀岡エリア。
豊かな自然を愛でつつ、
パワースポットを巡ると、
なんだか元気になる。



丹波國一之宮 出雲大神宮

磐座

本殿裏の御蔭山(千歳山)を御神体として、
磐座や御蔭の滝に神が宿っています。



本殿は
重要文化財

御守の赤い糸は
夫婦岩に結ば♥



夫婦岩

縁結びの神として知られる大国主命と后神・
三穗津姫命をまつる出雲大神宮。鳥根県の出
雲大社と同じ祭神をまつり、「元出雲」とも呼ば
れる古社は、パワースポットとして人気です。

拝観時間／境内自由

住 所／京都府亀岡市千歳町出雲無番地

問 合／☎0771-24-7799

<http://www.izumo-d.org>

＜イベント情報＞

♥えんむすびまつり／毎月第4日曜日 午後2時斎行
…縁結びのご祈禱が受けられます。

●紅葉ライトアップ／2017年11月17日(金)～20日(月)

●第占祭／2018年1月15日(月)

●鎮花祭／2018年4月18日(水)



しあわせ
なでうさぎ

亀岡エリア
への
アクセス

◆お車の場合 ○京都市・堀川五条より亀岡市・加塚交差点まで(約40分) ○大阪市内より亀岡市・加塚交差点まで(約40分)

◆電車の場合 ○JR京都駅より山陰本線(嵯峨野線)で亀岡駅下車(約20分／快速) ○JR嵯峨嵐山駅より山陰本線(嵯峨野線)で亀岡駅下車(約8分／快速)

◆バスの場合 ○阪急桂駅より京阪京都交通バスで亀岡駅下車(約40分) ○JR京都駅より京阪京都交通バスで亀岡駅下車(約60分)

吹きガラス工房

Glass Studio Calore

窯の温度は
約1000℃!



息を吹き込む!



色をつける



吹きガラス体験が楽しめる工房。数種類あるサンプルの中から好きな形や色を選び、オリジナルの器が製作できます。スタッフが丁寧に指導してくれるので初心者でも安心。工房の中にはギャラリーもあり、コップやアクセサリーが購入できます。どれもかわいい!

営業時間/10時~17時

定休日/不定休

住所/京都府亀岡市保津町観音寺145-3

問合/☎0771-56-8681

*吹きガラス体験...3,000円~/個(税別)、約20分~

<http://calore614.wixsite.com/glass-studio-calore>

亀岡エリア 観光マップ



ガラスを広げて
飲み口を作ります



完成!



*製作した作品は
後日受け取れます



本町カフェ

かめまる
チョコバナナアイス
がかわいい



町家の中に
「城下町歴史街並み案内所」
もあるよ。
観光情報をゲット!



亀岡市観光マスコットキャラクター
明智かめまる

本町にある町屋造りのカフェ。一間一席のゆったりした空間で、亀岡の食材を使ったお料理やお菓子が楽しめます。部屋の奥にはお庭もあり、心もほっこり。「ふわふわしゅおんけーき」がおすすめ。ランチは予約制。

営業時間/10時~17時

定休日/火・木曜

住所/京都府亀岡市本町51

問合/☎090-1598-5420

<http://honmachi-cafe.com>

亀岡エリア
主なイベント情報
(11~4月)

2017年

◆11月3日(金) 円山応挙作品一般公開 @金剛寺

◆11月6日(月)~13日(月) 神蔵寺紅葉ライトアップ @神蔵寺

◆11月10日(金)~15日(水) 嶺山神社紅葉ライトアップ @嶺山神社

◆11月18日(土)~12月25日(月) 京都丹波 夢ナリエ @ききょうの里

2018年

◆3月1日(木) 嵯峨野トロッコ列車運転再開 @嵯峨野トロッコ列車

◆3月10日(土) 保津舟の日 春オープン船営業の開幕 @保津川下り

◆3月17日(土)~4月30日(月) 京都かめおか 菜の花畑 @曾我部町・吉川町

◆4月17日(火) とこなげさん千日まいり @千手寺

今すぐ食べたい！
お取り寄せ
Sweets

秋の芋栗豆スイーツ



1



2



3



4

1 丹波栗とエダムのタルト 1個 2,900円(税込)

丹波地域は栗の名産地。その粒選りの栗を一粒一粒、傷つけないように手作業で鬼皮をむいて、薬品処理などせず極上のお菓子里に仕上げています。特に栗の季節(10月中旬～3月頃)だけ販売されるタルトは、生地の香ばしさと渋皮煮の風味にチーズのコクと塩気が調和。ワインにも合うリッチな大人の味わいだ。

◆京・丹波 むらいち

☎0773-27-1151 (京都府福知山市土師宮町1-93)
オンラインショップ <http://muraichi.com>

2 いもくりなんきんロール 1本 1,080円(税込)

乙訓の鶏冠井(かいで)で、選び抜いた素材を使った安心・安全でおいしいお菓子を作り続け、愛されているケーキ店。秋の一番人気は、南瓜を混ぜて焼き上げた、きめ細かくもっちりしたスポンジで、サツマイモ入りクリームと大粒栗を巻きこんだロールケーキ。女性の好物を独り占めできる、スリムなサイズも◎

◆パティスリー ピラミッド

☎075-925-0609 (京都府向日市鶏冠井町門戸9-2)
オンラインショップ <http://www.patisserie-pyramide.com>

3 まろん 9個入り 1,296円(税込)

老舗の和菓子司が、伝統の技法を活かしながら自由な発想で新しいお菓子を創造。女性パティシエ藤田怜美さんが生み出した「まろん」は、国産栗に生クリームとラム酒をきかせた餡玉だ。きめ細かに裏ごしされた栗のとろけるような口溶けにラム酒がふわりと香り、和洋の大胆かつ繊細な調和が楽しめる。

◆京菓子司 亀屋良長

☎075-221-2005 (京都市下京区四条通油小路西入る柏屋町17-19)
オンラインショップ <http://kameya-yoshinaga.com>

4 竹取物語 1本 2,700円(税込)

フランス語で「乙女」を意味するジュヴァンセルは、厳選した和の素材に女性の感性を活かし、丁寧に仕上げたスイーツを届ける京洋菓子司。代表菓の、竹の皮に包んでじっくり焼き上げたパウンドケーキ「竹取物語」には、大粒の和栗と黒豆がぎっしり。豊潤な味わいで、ティータイムを贅沢に彩る。

◆JOUVENCELLE (ジュヴァンセル)

☎075-231-7571 (京都市中京区御池通高倉西入る高宮町216)
オンラインショップ <https://jouvencelle.shop/>

自転車あそび

「パンクするから億劫で…」と、独自の理由で、長年避けてきた自転車を、最近ようやく手に入れた。しかも、折り畳み式の自転車を！

きっかけは、単純にライフスタイルが変わったこと。目的は、かさ張っていた交通費と時間の節約。

途中まで折り畳んで電車に乗せて、降りたら組み立てて、以前は電車を降りてからも、歩くのが億劫だった職場までの道のりを、びゅーんと自転車で一直線だ。

しかし自転車を与えてくれた楽しみは、何とも思い通りの儉約と時短だけではない。

帰り道、一本路地を入ってみると、新旧興味深い、覗いてみたくなるようなお店をたくさん見つけた。仕事の後には、少し離れた友人の家に寄って、一緒にゴハンしたりヨガしたりできるようななった。季節のお祭りがあると聞いて、神社まで足を伸ばしてみたり、京都の街中でアートフェアがある時期には、めいっぱい回ってみたい。遠くに借りているアトリエへの道だってスイスイだし、品揃えと安さがお気に入りの店に

もついでに寄って。

きつと私にとっては、今の生活のサイズにこの自転車がぴったりだったのだから。緩やかに景色や時間、季節の移ろいをこの目に届けてくれる、この自転車の速度だって、京都の街によく馴染んでいる。自転車を手に入れて、毎日の生活にずいぶん彩りが増えた。

私のきっかけは偶然だったけれど、毎日のルーティンに少し退屈しているとき、ほんの気休めに、単に高価でいいものを求めるのではなく、今ある生活に、あるいは手持ちの物に、組み合わせる面白さやものを持ち込めたなら、こんなに豊かなことはない。

幸いこの街には、軒を連ねるたくさんの店が、歴史のある建物が、新しい催しが、伝統の行事が、それぞれ魅力的な顔をみせるように、自分に合っていて良いものを、マイペースに探し集めていても良いような、そんな雰囲気だっている。

京都タワーを南に北に、東に西に見ながら、日々の約束や仕事の合間に、今日も自転車で京都の基盤を走ってみる。



nanto!paint

1984年京都府生まれ。音楽と文学に、なびきっぱなしのペインター。個展、グループ展、イベント出展などマイペースに活動中。

逸品
×
日本酒

芋鳥葱のこっくり煮

秋の実りを代表するサツマイモ。実は、筆者は芋栗南京という女子の好物がすべて苦手なのだが、そんな自分でもおいしく味わえるよう、すき焼き風の煮物にしてみた。芋の甘さにねぎの苦みをきかせたこっくり濃い味には、お酒も濃い山廃純米がベストマッチだ。

材 料 (4人分)

サツマイモ…400g／鶏モモ肉…400g／九条ねぎ(青ねぎ)…1束／塩…少々／酒…大さじ3／砂糖…大さじ1／濃口醤油…大さじ2
※青ねぎが手に入らなければ、白ねぎで。その場合、彩りにサヤインゲンを加えると良い。

作り方

- 1 サツマイモは輪切り(大きいものは半月切り)にして水に5分ほど浸け、アクを抜く。鶏肉は一口大に切り、塩少々をまぶす。ねぎは斜め切りする。
- 2 フライパンを熱し、油を敷かず、鶏肉を皮から焼く。こんがり焼けたらひっくり返し、水気をきったサツマイモを炒め合わせる。
- 3 ひたひたの水と酒・砂糖・醤油を加え、煮立てばアクを取る。中火で落としぶたをして煮含める。
- 4 サツマイモがやわらかくなればねぎを加え、強火で汁気がなくなるまで煮詰めて器に盛る。

※好みで粉山椒をふっても良い。



今回の日本酒

玉乃光
純米吟醸 CLASSIC

1.8L 2,700円(税込)

玉乃光酒造 <http://www.tamanohikari.co.jp>



純米酒にこだわる玉乃光酒造が「山廃仕込み」という伝統的な造りを用い、通常の倍の時間をかけて醸したお酒。吟醸ながら香りは控えめで、米の旨味と心地よい酸が口に広がる、しっかり濃醇な味わいだ。40～45度ぐらいの燗で飲むのがおすすめ。

料理と酒を愛する人
川添智未

酒好きが高じて利酒師・日本酒学講師の資格を持つ、生まれも育ちも京都のライター。



小川医理器株式会社

本社／〒613-0031 京都府久世郡久御山町佐古外屋敷64
TEL.0774-44-5161(代) FAX.0774-44-5576

東京営業所／〒812-0007 東京都墨田区石原4丁目27-9
TEL.03-5809-7436 FAX.03-6866-7437

福岡営業所／〒812-0007 福岡市博多区東比恵2丁目13-15 クレセント'89 102号
TEL.092-413-5191 FAX.092-413-5189

東北営業所／〒990-2323 山形市桜田東2丁目10-26 ミューゼ95
TEL.023-679-5766 FAX.023-625-1166

物流／京都府久世郡久御山町佐古外屋敷91

Nest

看護師応援情報誌【ネスト】