

# 岡山赤十字病院がん相談支援センター通信No. 22

冊子「**がん治療前の食事のヒント**」についてのご紹介です。

がんの治療(外科治療、化学療法、放射線療法)が始まる前にどんな食事をした方がいいのか、何か気をつけることはあるのかといった治療前の患者さんの食事、栄養について解説した冊子です。

「外科治療を受けられるかたへ」のページではこのような質問に応じた解説があります

手術までに体脂肪を減らすようにいわれた。どんな食事がいいの？

体脂肪を改善したい方の  
昼食の献立例



低栄養を改善したいときは  
どんな食事がいいの？

低栄養改善したい方の  
朝食の献立例



## ここがポイント

鶏肉は胸肉を使用することで、エネルギーをおさえます。  
うどんの量は半分にしてその分、野菜をたっぷりくわえます。



## ここがポイント

パンにはバターだけでなく、ジャムを、スクランブルエッグにはチーズを、コーヒーには牛乳を加えて！



レシピも一緒に載っていますので参考にしてください。



## がんサロンのお知らせ

日時:6月6日、6月17日、7月4日 15時~16時  
場所:センター棟4階 健康管理センター待合ホール  
申し込みは不要です。ご参加ください。

お問い合わせ 岡山赤十字病院がん相談支援センター

