みんなのスイーツときどきごはん

腸にやさしいスイーツや食事のレシピを紹介

栄養士さんからのメッセージ

監修： 東京医科歯科大学医学部附属病院 臨床栄養部 副部長
管理栄養士 斎藤 恵子 先生

メッセージ

東京医科歯科大学IBD センターは炎症性腸疾患の患者さんのケアを担当する専門施設です。「病気を治すこと」だけでなく、それ以上に通常の日常生活・食事をして頂くことを常に目指した治療を実践しています。医師だけでなく、メディカルスタッフも専門性を生かして、患者さんの生活を助けることを目標としています。

さて、昨年来新型コロナ感染拡大により世の中が一変してしまいました。食事中の感染リスクが高いため、外食の機会が減り、おうち時間が増えた方も多いのではないでしょうか。今回ご紹介するスイーツは、身近な材料で、簡単に作ることができるメニューです。是非お試し下さい。このスイーツが皆さまの気分転換になれば幸いです。