

# がんばらない透析食

透析食指導歴30年以上のプロ直伝！手間いらずの安心レシピ

監修 井上啓子（管理栄養士/至学館大学 健康科学部 栄養科学科 教授）

定価：本体2,200円＋税 ISBN：978-4-89775-500-7 C2047 B5判 112ページ オールカラー

## 透析食は、もっと自由に食べてもいい！

本当ですか？  
でも、どうすれば…

答えは、  
この本のなかにあります

透析患者さんとその  
ご家族に！毎日役立つ  
77レシピ

食塩、たんぱく質、リン、  
カリウム…、何かと制約の  
多い透析食。

「食事はすべて手づくりし  
なくてはいけない」と思い  
込んでいませんか。

本書には、スーパーマー  
ケットやコンビニエンスス  
トアの調理済み食品や冷凍  
食品、缶詰などを使い、

「手間いらず」だけれど  
「必要な栄養素はしっかり  
摂れる」透析食レシピが勢  
ぞろい！



◎おもな内容◎  
市販のお弁当・コンビニ食・おそうざいを透析食として食べるには／定番にしたい減塩朝食献立／一品で必要な栄養素を満たす昼食・夕食献立／たんぱく質補給おかず／かんたん野菜おかずのほか、「透析中の体重管理」「体調が悪いときの食事」「外食や旅行の時の食事」など読み物ページも充実！

監修◎井上啓子管理栄養士。透析専門病院での30年以上にわたる透析患者への食事指導の経験をもつ。食事指導のモットーは、「自分の適量を知り、じょうずにしっかり食べること」。

ご注文FAX 03-6275-1527 ◎フリー入帳◎

帳合印・貴店印

## がんばらない透析食

透析食指導歴30年以上のプロ直伝！手間いらずの安心レシピ

監修 井上啓子(管理栄養士/至学館大学 健康科学部 栄養科学科 教授)

ISBN:978-4-89775-500-7 C2047 B5判 定価(本体2,200円＋税)

POPをご利用いただける場合、書籍とともに送付いたします。  
必要数をご記入ください。

新刊委託

ご担当者様  
お名前:

冊

POP

個