



# 栄養だより vol.16



2022年8月  
栄養部

## イベントメニュー(2022年5月～7月前半)

### 5月25日 開院記念日

#### 【献立】

- ・赤飯
- ・魚の塩焼き
- ・ふきと生揚げの煮物
- ・筍の木の芽和え
- ・味噌汁
- ・メロン



### 6月13日 あじさいメニュー

#### 【献立】

- ・グリーンピースご飯
- ・揚げ魚の南蛮酢
- ・白菜のお浸し
- ・清汁
- ・あじさいゼリー



※ 食事の種類によりですが、治療上問題がなければ、  
下記の対応が可能です。ご希望がありましたら  
医師、病棟スタッフまでお声掛けください。  
・朝食時の主食をパンへ変更 ・牛乳をヨーグルトへ変更

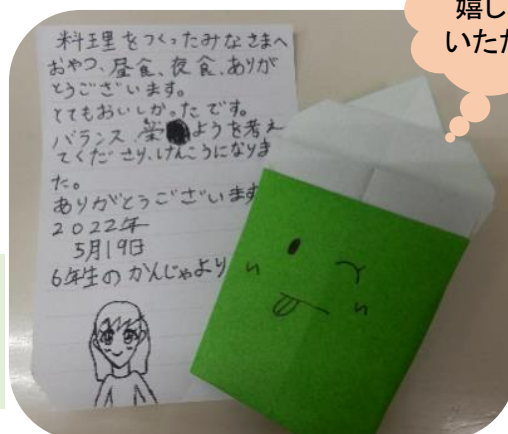
### 7月7日 セタ

#### 【献立】

- ・鰻のかば焼き
- ・ゆかり和え
- ・ナスとオクラの田楽
- ・セタスープ
- ・セタゼリー



患者様より、  
嬉しいお手紙を  
いただきました！



## 食中毒を予防しましょう！

7月～9月は気温や湿度が高く、  
細菌が増えやすいため、食中毒が起きやすい時期です

### 食中毒の原因①不十分な手洗いや手指の傷

手に付着した細菌やウイルスは水だけでは  
取り除けません。石鹸を使って指や爪の間  
までよく洗いましょう。



手に傷がある場合は食材に直接触らず、  
使い捨て手袋等を利用しましょう。



### 食中毒の原因②生ものや加熱不十分な肉

肉や魚を購入したら、汁が漏れないように  
袋に分けて包みましょう。



生肉・生魚・卵に触れたら手を洗い、  
まな板は分けるか、よく洗い熱湯消毒しましょう。  
また、中心部までよく加熱しましょう。



### 食中毒の原因③調理後の長時間放置

細菌の多くは、20～50℃で増殖するため、調理後は  
常温で長時間放置すると危険です。  
冷蔵庫又は冷凍庫で冷却して保存しましょう。  
また、十分に加熱してから食べましょう。



覚えておこう！

### ★食中毒予防の3原則★

つけない



増やさない



やっつける



栄養相談をご希望の方は医師、看護師、管理栄養士にお申し出ください