



栄養だより vol.40



2026年8月
栄養部

イベントメニュー(2026年5月～7月前半)

5月25日 開院記念日

【献立】

- ・赤飯
- ・赤魚の粕漬焼き
- ・ふきと生揚げの煮物
- ・筍の木の芽和え
- ・味噌汁
- ・メロン



7月7日 七夕

【献立】

- ・ご飯
- ・太刀魚の塩焼き
- ・冬瓜といんげんの煮物
- ・みょうが和え
- ・七夕スープ
- ・七夕ゼリー



6月11日 あじさいメニュー

【献立】

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



＜患者さんからの声（一部抜粋）＞

- ・病院にしながら、七夕を楽しませていただきました。
- ・自宅に戻ったときに参考にしたいです。
- ・味が薄いときがありますが、食材の味を感じられてよいのかなと思いました。
- ・汁の味が濃いことがあります。

※ 食事の種類によりますが、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

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。

調理後はできるだけ早く冷まして、冷蔵庫又は冷凍庫で保存しましょう。
また、十分に加熱して食べましょう。



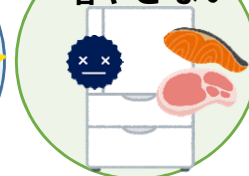
覚えておこう！

★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