



9月1日は、『防災の日』



# おやまだ給食だより

2016年  
9月号

災害時の備えは、出来ていますか？災害が起き、身の安全を確保しても電気や水道、ガスなどのライフラインが止まってしまったら...。慌てないようにする為には日頃からの備えが大切です。当院の災害食について、少し紹介をします。

## 『当院の提供食事一例』

食種区分

常食から刻み食の方

ミキサー食の方



ハンバーグ

使い捨て  
容器使用

※その時の献立によって、区分は変更します。

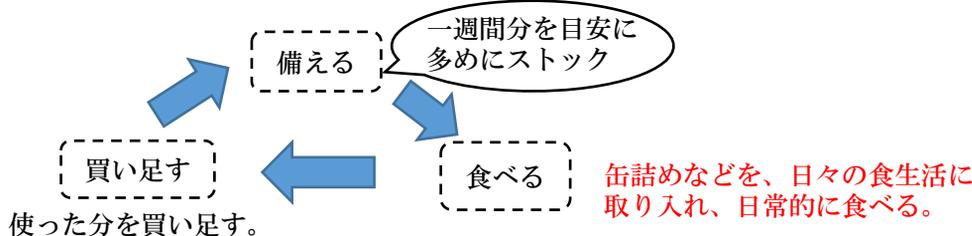
当院では災害時に備えて、3日分の備蓄食品を保管しています。  
(冷蔵品や冷凍品も常備していますので、実際はもっと長い日数分の食材を備蓄しています。)

# キューボーですよ！

中はこうなってます

## 備蓄食品倉庫

ご家庭では、『ローリングストック法』がお勧めです。「備蓄しているものを古い物から順番に定期的に使用する」使ったものを買い足していくことで備蓄量は一定に保たれ、新鮮さもキープでき、いざという時の消費期限切れを防ぐことができるという利点もあります。



もしもの備えについて考える時間を、こういう機会にとってみてはいかがでしょうか。

## 八月の行事食のご紹介

行事；

終戦記念日

御一日献立

通所リハ；  
お楽しみ食

行事；山の日



## 九月の行事食

- 一日 御一日献立
- 十九日 敬老の日
- 二十二日 秋分の日

## 栄養相談を受けてみませんか？

★外来患者様へ★

血糖値が気になる、血圧が高い、などでお困りではありませんか？お気軽に栄養相談にお越しください。管理栄養士が、できるだけわかりやすくお話しします。ご希望の方は担当医にご相談ください。

★入院患者様へ★

お食事のことでご相談があれば担当栄養士が伺いますので病棟スタッフに声をかけてください。