



さいきせせらぎ園 調理室



◆行事食◆

明けましておめでとうございます。本年もよろしくお願いたします。

さいきせせらぎ園調理室では月に1回以上、行事食を提供しています。9月の敬老会では、地元の魚屋さんのお刺身・野菜・果物を使用したお食事を提供し、どれも美味しそうに仕上がりました。12月のおおみそかは年越しそば！そばの上には、かき揚げを盛り付けたのでボリューム満点でした。1月1日の新年祝賀会では、お寿司やおせち料理をご用意しました。黒豆・数の子・煮しめなど、どれも手作りです。皆さんが今年1年元気に過ごせるように心を込めました。

9月敬老会



12月年越しそば



1月新年祝賀会

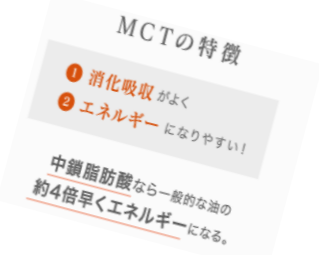


◆栄養についての勉強会◆

みなさんは「MCT オイル」という言葉をお聞きになったことはありますか？MCT（中鎖脂肪酸油）とは、通常のサラダ油などの一般的な油（長鎖脂肪酸油）とは役割が少し異なり、摂取すると素早くエネルギー源になるという特長があります。

ですので、当園においても、体重が減ってきた方や、食事が進まない方、疾患による栄養量調整が必要な方などに活用しています。

昨年12月、MCT オイルのメーカーさんを講師に招き、低栄養とは何か、なぜMCT オイルが必要なのか、などの勉強会を調理員に向けて実施しました。美味しく、かつ栄養のある食事を今後とも提供していきます。



低栄養とは何か、
について勉強中

参考) 日清オイリオ (株)

[日清MCTオイル | MCT | 業務用食用油 | 植物のチカラ 日清オイリオ \(nisshin-oillio.com\)](#)

◆冬～春場も食中毒に注意◆

前回も食中毒予防についてお知らせしましたが、冬季の食中毒代表となる、「ノロウイルス」にも注意が必要です。広島県では、11/1～1/31 をノロウイルス食中毒予防期間としています。春頃までは要注意です。「付けない（手洗い）・拭げない（トイレなど共同使用の清掃・消毒）・やっつける（加熱）」で乗り切りましょう！

<原因食品>



二枚貝



市販弁当
など

※原因食品は不明
なことも多いです！

<症状>

嘔吐・下痢・
腹痛など

