



予防接種のご案内

10月15日よりインフルエンザ及び新型コロナウイルスワクチンを接種できます。
問診票は受付にありますので、希望される方はお申し出ください。

入院患者の方で希望される方は**事前に問診票を受付に提出**しておいてください。
わからないことがありましたら、スタッフにお尋ねください。

果物の秋です

日が落ちるのが少しずつ早くなり、秋の訪れを感じるようになりました。秋は様々なものが実る季節です。旬の果物を良いタイミングでおいしく味わうには、正しく保存しておくことが大切です。

〈果物保存の基本〉

- ・冷蔵庫に保存する前には水洗いしない
- ・追熟が必要な果物は、常温保存で食べ頃まで待つ



〈旬の果物の保存方法〉

🍏梨…基本的に夏の果物なので、冷やしすぎる場所（3℃以下）での保管や乾燥が苦手な果物です。キッチンペーパーで包んだあと、ラップで包み、さらにポリ袋に入れて冷蔵庫の野菜室に入れて保存します。その際、ヘタを下向きにして保存すると保存性が高まります。

🍇ぶどう…傷みやすくデリケートな果物です。

大粒のぶどうの場合は、ハサミを使って粒をすべて切り落とします。その際に軸を数ミリ残してカットします。切り落とした粒は保存容器や冷凍用保存袋に入れて、野菜室に入れましょう。



🍊柿…常温で置いておくと、5日程度でやわらかくなります。少し保存したい場合は、濡らしたキッチンペーパーなどをヘタにかぶせ、ラップで包んで、さらにそれをポリ袋に入れて野菜室に入れます。ヘタを下向きにしておくのもポイントです。

おいしさを逃さないように保存して秋を楽しみましょう。

栄養士：山本

10月土曜日担当医

(第3と4が変更となっています)

大村院長 5日

26日

森本医師 12日

19日

