

ほっとサロンだより

紫陽花の季節がきました。白、ピンク、紫と色彩変化で私たちを楽しませてくれます。梅雨時の花でしょうか・・・梅雨は外出などおっくうですネ。そんな時には読書をしたり、絵手紙を書いたりして過ごすのも良いかも知れませんよ。



お知らせ



ほっとサロン移転しました。

本館の3階に患者サロンとして、「ほっとサロン」の看板が出ています。今までのサロンの3倍以上の広さです。ゆったりと過ごす癒しの部屋となりました。お待ちしております。



入口の看板



壁には沢山の
お知らせや制作物
が・・・



サロンの様子

知って下さい！

レタス について

栄養

約95%が水分、カルシウムなどを含むほか、色の濃いリーフレタスなどは**カロテン**が豊富です。

選び方

切り口が白く葉の**ハリ・艶**の良いものが新鮮です。

保存方法

ビニール袋に入れるなど**乾燥に気をつけて**、縦長のものは立てて保存します。

メモ

少し水気を残したまま、ちぎって冷蔵庫で冷やすと、パリッとした食感が楽しめます。
(水に放すより、栄養素のロスが減らせます！)

ほっとサロン6周年式典のご案内

日時：7月2日(月)午後2時～

場所：病院玄関入口ホール

催し：演奏会

出演

松江プラバホールパイプオルガン奏者

米山 麻美 氏

*バイオリン奏者の共演もあります。

お問い合わせ先：小林(090-5370-4689)

げらげら公楽歩

日時：6月9日(土)

場所：もと腫瘍センター(院内売店前)

お問い合わせ先：小林(090-5370-4689)