

ほっとサロンだより

寒さが厳しいですね。インフルエンザも流行しています。日本列島が寒波の中です。都会の雪対策は、雪の多い地域から見ると「えっ?」とか「なぜ?」って思ってしまうですね。異常が続いている世界がたくさんあります。私達もこれから先の事を考えなくてははいけませんね。とりあえずは、うがい・手洗いをしっかりして、マスク対策もお願いします。



げらげら公楽歩^{くらぶ}

日時：2月10日（土）
13：30～14：30
場所：3階 ほっとサロン
お問合せ：小林 090-5370-4689

日曜ほっとサロン スマイル

「スマイル」は、20～40代の女性がん患者、難病患者のサロンです
日時：2月18日（日）
13：00～15：00
場所：3階 ほっとサロン
お問合せ：小林 090-5370-4689

嚥下困難・食欲不振のがん患者さんのための食事レシピ

ふわふわ卵焼き

材 料

白身魚 100g 卵 2個 人参 30g ほうれん草の葉先 60g マヨネーズ 30g
薄口醤油 10cc 生クリーム 15g だし汁 90cc 片栗粉 小さじ2

作り方

- ① 魚は蒸してほぐす。人参とゆでたほうれん草はみじん切りにする。
 - ② ボールに卵を割りほぐし、①の材料と調味料、だし汁を加えて混ぜる。
 - ③ アルミカップに入れ、蒸し焼きにする。
- ※フライパンで作る場合は、卵液のだしの量を多めにし、スクランブルエッグを作る容量で卵をいって餡かけにする。

ほっとサロンは、外来中央診療棟3階で、**毎週月曜日10時から15時まで**オープンしています。患者と患者家族の癒しの部屋（空間）です。
無料ですので一度寄ってみてください。お待ちしております。

お問い合わせ先：0853-20-2545（がん患者・家族サポートセンター）