

雲南サロン「陽だまり」

第183号 R5. 5. 1

雲南サロン「陽だまり」のめざすものとして、病気について不安を抱える患者同士（または家族）が交流することで支え合い、がんという病気の予防や検診の必要性について、患者（または家族）の立場から、普及啓発していけたらと考えています。



朝、夕の冷え込みに体調管理が大変です。

桜の花も散ってポタンの季節になりました。畑には新玉ネギが育っていますよ。筍やわらび、ぜんまい、たらの芽など食べる事が好きな方達には楽しみがいっぱいの季節ですネ！！

田ん中の準備も進んで田植えの時期になります。

美味しいお米ができます様に・・・・・・・・！！

連休の予定は如何でしょう！？コロナもいろいろな条件が緩和されてきました。

が、お出掛けの場所によってはマスク着用をお願いしますネ。気をつけて楽しんで下さい！！



雲南サロン陽だまり

5月のサロンは中止します

【お問い合わせ】

小林（電話 090-5370-4689）



☆げらげら公楽歩のご案内☆

◆伊藤先生が転勤された為、
暫くお休みをします

場所：島根大学医学部附属病院内
3階 ほっとサロン

【お問い合わせ】

小林（電話 090-5370-4689）



いちご大福を作ってみませんか？

材料

いちご 6個 砂糖 40g 水 150ml
だんごの粉 100g あん 適量 片栗粉



作り方

- ① 耐熱ボールにだんごの粉と砂糖、水を入れ、ダマがなくなるまで混ぜる
- ② ラップをして、レンジで3分チンする
- ③ もう一度よく混ぜて、再びラップをして、レンジで1分から1分半チンする
- ④ またまぜて、片栗粉を敷いた上に生地を出す
- ⑤ 粗熱がとれたら、6等分に分ける
- ⑥ いちごのヘタをとって、アンで包みます
- ⑦ そして6等分にした生地で包んでできあがり

雲南サロン陽だまり”は参加料など必要ありません。お気軽にお出かけください！

雲南サロン“陽だまり”は
第2・第4木曜日
雲南保健所内にて開設中
ただいまお休み中

《お問い合わせ先》

運営世話人 小林 貴美子	TEL090-5370-4689
島根県雲南保健所 大田	TEL(0854)42-9674
雲南市役所保健医療介護連携室	TEL(0854)40-1095