

しみずクリニックふさ ふさからの便り



患者会ふさの会『調理実習』が6月19日（日）におこなわれました

今年で4回目となりましたお料理教室、当日は26名の参加でした。

1年楽しみに待っている方、年に一度この日しか包丁を握らない昭和男子さんもいらっしゃいます。昨年作ったお料理が得意料理となり、お孫さんに振る舞って好評だったそうです。

また、レパートリーが増えましたね。

お孫さんとヘルシーな食事楽しまれて下さいね。

毎年好評なのは野菜が豊富で栄養バランスのとれたメニュー、具材の使い方に工夫があるところかなと思われます。

ご要望が多かったデザートを今年はメニューに加えました。



理事長の清水禮二先生もエプロン姿でハンバーグ作りを皆さんと共に参加されました。白衣ではない、いつもと違う先生のお姿に一躍注目の的でしたよ。

『先生はお料理されるのですか？』と質問・・・さて、これをお読みの皆様はいかが思われますか？



わいわい楽しみながらのお料理、食事は院長の清水縁先生も参加されて和やかに皆さんと交流食事会になりました。

吉村健一郎会長より、『おいしい、楽しい、正しい食事』の挨拶を頂きました。

糖尿病治療は運動療法、食事療法が大切、『正しい』が一番大切なキーワードだと思いますが、長く続けるには『おいしい』『楽しい』も必要、地道な継続が必要です。

会長の言葉、さすがですね、心に響きました。