

しみずクリニックふさ ふさからの便り



～6/14(土)にふさの会の調理実習が開かれました(*^-^*)～

毎年恒例のふさの会主催で調理実習が行われました。参加は家族の方を含め17名でした。今回のメニューはイワシの香味づけ、高野豆腐、キャベツスープでした。スープが少なくなったり、なぜか特別甘い？高野豆腐があったりといろいろありましたが、計量したり、切ったり、いためたり、盛り付けをしたり、楽しく過ごすことができました♪



★★★★★参加した方からの感想を一部ですが、ご報告★★★★★

♡主人と一緒に参加しました。楽しくみんなで料理など何年ぶりのことか！！

初めはどうなるかと思いましたが、皆様手際よく本当に楽しい1日でした。

♡今日は野菜がたっぷりイワシがとっても美味しくもっと食べたかったです。

後片付けも手際よく和気あいあいと楽しかったです。

♡いわしのたれがピリ辛で、食欲をそそり、おいしかったです。

高野豆腐はほんのり味が染みて美味しかった。スープは野菜の甘みが出ていておいしかった。

♡今回初めての参加でしたが、夫のできの悪さにびっくり。美味しくいただきました。

ほとんど自家製の食事を心がけておりますが、まだまだ頑張らなくては！！



～七夕飾りがあります～

クリニックの玄関を入ったところに七夕の笹が飾られています。6月末から設置されているのですが、既に願い事がチラホラと。。。

受付近くに短冊が準備されているので良かったら書いて飾って下さいね

(^_^)v



～今月から眼科月間が始まります～

糖尿病の患者様を対象に眼科受診をしているかお声掛けをしています。糖尿病による網膜症は自覚症状に現れずに進行しますが、検査を受ければ早期に発見できます。

早期であればあるほど、治療の成功率は高いものです。通常的生活習慣病健診の眼底検査は網膜の一部しか診ないので、糖尿病の患者さんは眼科医による精密な眼底検査を定期的を受けてください。

また、日本糖尿病眼学会から『糖尿病眼手帳』という手帳が発行されています。眼科と内科での検査結果や治療内容を記載できますので、通院の際にはぜひ携帯してください。(^_^)b

