

活動報告(41)

◇第2回『たんぽぽ薬局試食会』◇

平成24年7月4日(水)試食会を開催しました。
今回は6名の方に参加していただきました。

○食物繊維たっぷり 「もっちり麦」

お米2号に、もっちり麦を2袋入れ、
お釜で炊いて試食しました。
麦の味が気になる方は、2～3合に
1袋入れるのがおすすめです。



○減塩できるお塩 「ウレシオ」

・きゅうり、ゆで卵につけて試食
しました。(写真)
・浅漬け(きゅうり、しそ、しょう
が、
ウレシオ入り)も試食しました。



[ボディチェッカーを使用して、血管年齢を計測しました。]

・ボディチェッカーの結果を見て、生活を見直すきっかけにしたい、
とおっしゃっていました。

★患者さん同士でも会話が弾み、楽しい試食会となりました。
★また開催して欲しい、とお言葉をいただきました。

今後も分かりやすく、楽しい健康相談会を開催したいと思っております。
ご要望のテーマなどがございましたら、お知らせください。