



川連社保対部 民医連の減塩料理教室を開催しました



簡単
カレーチキン

わかめたっぷり
お好み焼き

鯖缶サラダ

1月24日(金)川連社保対部で民医連の管理栄養士の講師による「減塩料理教室&楽しいお酒の飲み方」についての料理教室が開催されました。

献立 ①わかめたっぷりお好み焼き ②簡単カレーチキン ③鯖缶サラダ ④味噌汁の飲み比べ(少量)
感想からは、「味噌汁は、塩分が濃い方が美味しいと感じたけれど、今後はなるべく薄味に慣れるようにしたい。」「減塩料理というと味気ないイメージだったが、今日の料理は美味しく食べられた。」「座学よりも、作業をしながら学ぶ方が楽しい。」「またやってほしい。次はダイエット用の料理もやってほしい。」

新規の健診契約医療機関を紹介します

医療機関名	小林病院
住所	神奈川県小田原市栄町 1-14-18
アクセス	JR 東海道線 小田原駅東口から徒歩5分
電話番号	0465-22-3161
がん検診	子宮がん、乳がん(エコー・マンモグラフィー)、胃がん(X線、胃カメラ)、便潜血
医療機関名	ふくろうクリニック自由が丘
住所	東京都世田谷区奥沢 6-20-23 フォーラム自由が丘 1階、2階
アクセス	東急東横線・東急大井町線 自由が丘駅から徒歩7分
電話番号	03-3701-3351
がん検診	便潜血
医療機関名	みなと健診クリニック
住所	東京都港区港南2丁目 5-3 オリックス品川ビル 2階
アクセス	JR 品川駅 港南口から徒歩1分
電話番号	03-5781-5020
がん検診	子宮がん、乳がん(エコー・マンモグラフィー)、胃がん(X線、胃カメラ)、便潜血