

# 田中支部ニュース 10月号2021年

骨粗鬆症・動脈硬化・認知症などを予防する

検診班会を開いてはいかがですか？

田中支部の皆様、このコロナ禍の中いかがお過ごしでしょうか。手洗い、マスク、3密を避けてどこへも行けず誰とも話さない毎日が続いています。3密を避けてどこへも行けず誰とも話さない毎日が続いています。検査・認知症などを予防する検診セットを2千円で受けることができます。もちろん、ひとつだけ、ふたつだけの検査も可能です。検査機器が診療所に来ているこの時期に是非一度受けてみることをお勧めします。

手配りさん、募集しています

「みんなの健康」を配ってくださる方を募集しています。

近所をお散歩がてら3か月に1回配るボランティア活動です。配ってもいいかなという方はみき診療所 891-0303 までご連絡お待ちしています。どうぞよろしくお願いいたします。

げんこつ飴を作りました

7月23日金曜日田中公民館にて支部有志で昔懐かしいげんこつ飴を作りました。講師は田中朝市にげんこつ飴を出している宮井都さんです。その作り方を紹介します。皆さんも作ってみてはどうでしょうか。簡単で美味しくできます。



げんこつ飴材料

○きな粉250グラム ○砂糖100グラム

○水飴300グラム

作り方

- ① 大きめのボウルに砂糖ときな粉を入れ泡だて器でぐるぐる混ぜる。
- ② 水あめを柔らかくなるまでレンジで温めて1のボウルに一気に投入。
- ③ ゴムベラ等で全体を大きく混ぜながら、手早くまとめていく。
- ④ ある程度まとまってきたら軽く手でこねてひとつの塊にする。
- ⑤ まな板の上でころころ転がし飴の棒を作る。
- ⑥ 好みの太さになったらキッチン紙はさみで好きな大きさに切る。(切り口を斜めにするとうまい形になる)
- ⑦ 出来上がりは柔らかいが時間が経つにつれて固くなる。お好みできな粉を何割か「はったい粉」に換えると本格的な味になる。

\*お彼岸のきな粉が余ったときなどにいかがですか。

田中散歩道

田中朝市

毎週日曜日、農協田中支店で朝市が開かれています。朝8時半から6時半までですが皆さん、早めに来て新鮮な野菜や果物、花など品定めをしているようです。農家の方が出品されているので毎週その時期の旬のものがお安い値段で買えると好評です。筆者も毎週通っています。まだ、行ったことがない方も一度行ってみてください。きっとやみつきになりますよ。

お知らせ

今年度から「みんなの健康」は今までの2か月に1回でなく3か月に1回発行となりました。「支部ニュース」もそのようになります。次回発行は来年1月です。よろしくお願いいたします。

