



えいようだより 1月号

オープンホスピタル特集・廃油で石饅づくり

開院記念日の2月1日(土)、病院全体でオープンホスピタルを開催します。栄養管理室の今年のテーマは「減塩」です。減塩の工夫や食事についての相談をお受けします。また、厨房の廃油を使った手作り石饅も配布します。当日お時間のある方はぜひ、お越しください。お待ちしております！



昨年の栄養管理室のテーマ「メタボってな～に？」

オープンホスピタルとは

地域の皆様に当院をより広く知っていただくため、毎年2月初旬に開催しています。(今年の開催は、偶然にも開院記念日と重なりました) 病院の紹介や施設の見学、病院の機器を実際に触って体験するコーナーや身体測定等、大人の方からお子様にも楽しめる内容になっており、どなたでもお気軽に参加できます。

材料 (5cm角 30個分)

- 廃油 600ml 水 200ml
- 苛性ソーダ 100g
- 1L牛乳の空パック 2~3個
- * 苛性ソーダは薬局で購入できます

大人気！手作り石饅

- * 石饅使用時の注意 *
- * せんたく用の石饅です
- * 顔・体には使えません
- * 皮膚の弱い方は手荒れにご注意
- * 小さなお子様の手の届かない所に保管してください



作り方

- ①バケツに分量の水を入れる。
- ②水の中に苛性ソーダを少しずつ入れて溶かしていく。
- ③苛性ソーダが全部溶けたら、油をゆっくり加えながら、よくかき混ぜる。
- ④全部混ぜ終わっても2~3日は、定期的にかき混ぜる。
★かき混ぜが足りないと分離して固まらなくなります。
- ⑤クリーム状になったら牛乳パックに流す。
- ⑥3~4日で固まったら型から出して切り分ける。
★固くなりすぎると割れてしまい、切り分けにくくなります。
★シリコン等のかわいい型を使えば切らなくてもOKです。
★完成直後は黄色~クリーム色ですが、時間がたつほど白くしっかりした石饅となります。

* 作る時の注意 * 作る時は必ず手袋をして、換気の良い場所で作ってください！

★「えいようだより」は地階栄養管理室の事務所前に置いてあります。ご自由にお持ちください★