

皆さん、こんにちは！4月22日に老人福祉センターで食文化の交流会が開かれました。

町民の皆さんにベトナムの料理を知ってもらいたいので、米粉の麺と鶏肉を使った「ブンガー」、揚げ春巻き「ネムラン」、ぜんざい「チャー」の3品を作り、町内のゴミ拾いを終えた後の老人クラブの皆さんと一緒に食べました。

私と一緒にベトナム料理を作った技能実習生は「職場以外の日本人と交流ができて、とても楽しかった」と喜んでいました。

また、ブンガーを食べた人たちからは「あっさりしてて美味しかった」、「日本のそうめんのようにつるつるして、食べやすい」などの声をいただき、とても嬉しかったです。これからも、ベトナム料理の魅力をもっと広めることができたらいいと思います。

6月には、町民会館でベトナム風お好み焼き「バインセオ」を紹介する予定です。興味のある方はぜひ、遊びに来てください。私と一緒に作って、楽しく交流しながら食べましょう！

ベトナム コーナー 地域おこし協力隊 ファム・ティ・モさん



ベトナム料理を味わう交流会に参加した
老人クラブの皆さん

診☆療☆所☆通☆信



仕事の休憩時間内の受診も想定し、当日は採血後にすぐ帰宅できます

こんな人にオススメ！

- ・健康診断で指摘された検査項目を放置している
- ・コロナ禍で持病の治療を中断している
- ・自覚症状はないが、身体のこと気がなる
- ・忙しくて受診を後回しにしている

妹背牛診療所 TEL0164-32-2475

費用も！
時間も！

お手軽な「ちょこっと検診」、始めます！

妹背牛診療所は7月1日から、採血のみの「ちょこっと検診」を始めます。診察の待ち時間がなく、後日に検査結果を報告するので、忙しくて受診を控えている方も気軽にご来院ください。

検査料金は、「糖尿病」や「肝機能」など1項目につきワンコインの500円。血液検査の結果に基づく健康相談も受けることができます。

揚げ物やお酒が好きな方、身体のこと不安を感じている方も自分自身の健康状態を知り、生活習慣を見直すきっかけにはいかがでしょうか。

発案者・戸田和則 妹背牛診療所院長

検査項目

- ①糖尿病 (血糖値・HbA1c)
- ②高脂血症 (善玉コレステロール
悪玉コレステロール
中性脂肪)
- ③肝機能 (GOT・GPT・γ GTP)
- ④腎機能 (尿素窒素・クレアチニン
尿酸)

実施日

火・水・木・土
9:00～

・来院時は「ちょこっと検診」に来ましたと受付に伝えてください。
・後日、結果を聞きに来ていただくか、再受診が困難な場合は郵送での報告も相談可能です。