

第27回  
腎臓病を考える会

とき 10月26日(日)

午後1時～4時

ところ 京葉銀行文化プラザ

内容

①「糖尿病性腎症について  
～透析医の立場から～」

(講師)

総合病院国保旭中央病院

人工透析科

部長 渡邊 隆氏

②「ありのままを受け止めて  
サポートしよう認知症と  
腎臓病」

(講師)

総合病院国保旭中央病院

看護部 透析センター

看護師 大川 あさ子氏

③ 移植体験者の体験談

④ 医療相談会

定員 180人

費用 無料

◆問い合わせ

特定非営利活動法人

千葉県腎臓病協議会

☎043(2)56(4)661

## 手作り料理を食卓に!

町食生活改善協議会

### さつまいものチーズようかん

材料(6人分) : 1人分 84kcal カルシウム81mg

さつまいも(正味)	200g(1本)
スライスチーズ	2枚(36g)
スキムミルク	大さじ2(16g)
水	50ml
① { 粉寒天	2g
{ 水	150ml
砂糖	20g



#### 作り方

- ① さつまいもは皮を厚めにむき、2センチ幅のいちよう切りにし、水にさらす。柔らかくなるまで茹でて水切りし、ボウルに移し粗くつぶす。
- ② スキムミルクを50mlの水で溶く。
- ③ 鍋に②を入れ、火にかけ、粉寒天が溶けたら砂糖を加えて煮溶かし、軽く沸騰させ、①を加える。
- ④ ③にスライスチーズをひと口大にちぎって加え、チーズを溶かす。
- ⑤ ①のさつまいもに④を少しずつ加え、よく混ぜながら、あら熱をとり、型に流し、冷蔵庫で冷やし固める。

## 子育て教室 なかよし広場



なかよし広場では毎回たくさんの親子が集い、楽しいお話や歌あそび、季節にちなんだ活動を用意しています。なかよし広場でたくさんの友だちと出会ったり、親子のふれあいを楽しみませんか。

右表をご確認のうえ、お気軽にご参加ください。

時間 午前10時～11時15分

料金 無料

対象 町内在住の方

◆申込・問い合わせ

子育て支援センター光 ☎84-3099

福祉課社会福祉班 ☎84-1257

#### ◎1歳児クラス(H24.4.2～H25.4.1生まれ)

とき	内容	ところ	駐車場
10月9日(木)	なかよし運動会	文化の森公園芝生広場(雨天時)町体育館	図書館駐車場(雨天時)役場駐車場
11月4日(火)	野山を散歩しよう	南条あそびの広場(雨天時)南条あそびの広場遊戯棟	南条あそびの広場駐車場
12月5日(金)	小麦粉粘土であそぼう	子育て支援センター光	光町保育園駐車場

#### ◎2歳児クラス(H23.4.2～H24.4.1生まれ)

とき	内容	ところ	駐車場
10月9日(木)	なかよし運動会	文化の森公園芝生広場(雨天時)町体育館	図書館駐車場(雨天時)役場駐車場
10月24日(金)	つくってなかよし広場	光町中央幼稚園隣接なかよしルーム	光町中央幼稚園駐車場
11月4日(火)	野山を散歩しよう	南条あそびの広場(雨天時)南条あそびの広場遊戯棟	南条あそびの広場駐車場
11月7日(金)	なかよしクッキング	子育て支援センター光	光町保育園駐車場
12月16日(火)	親子でリズムあそびをしよう	町民会館大ホール	役場駐車場
12月19日(金)	えいごdeなかよし広場	子育て支援センター光	光町保育園駐車場

※つくってなかよし広場は午前9時45分～11時です。

※つくってなかよし広場となかよしクッキングは事前に予約が必要です。