

# しんわ通信



3月



3月は三寒四温を繰り返しながら本格的な春を迎えます。

積極的に外に出て、暖かい春の日差しを浴びながらの体操、桜の木を見上げて桜の開花を待つ楽しみ。マスク着用のはまだ続きますが、来る春に向けて期待が膨らんでいます。

今号は新しく取り扱いを始める歩行器のご紹介です。単位数など詳細は各エリアの担当者へお問い合わせ下さい。

ウォーキー+アート レオパード/フラワー			ラックヘルスケア	
カラー	商品コード	TAISコード	屋内	屋外
レオパード	742722	00245-000249	A B C D E	A B C D E
NEW フラワー	742745	00245-000253	A B C D E	A B C D E

●サイズ：全幅62×全長66cm  
 ●ハンドル高さ：78～92cm  
 ●座面高：54cm ●重量：約6.35kg  
 ●折りたたみ幅：23cm（ステッキホルダー無しの場合は22cm）  
 ●材質：アルミ・PU 他  
 ●最大使用者体重：150kg  
 ●付属品：ショッピング用バスケット・スローダウンブレーキ・ステッキホルダー

トール キースター径  
20cm



個性的で遊び心のあるデザインの歩行器です！  
『人に見せたくない歩行器』でぜひ積極的にお出かけしましょう！！





# 旬の野菜を使った美味しいレシピ



今回のテーマ  
**水菜**

## ★水菜とは★

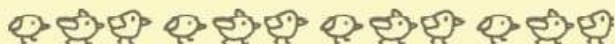
もともとは京野菜のひとつで  
独特の辛味と香りが魅力  
1年中出回るが、旬は11～2月  
肉や魚の臭みを消し、アクも  
出にくいので鍋物にもうってつけ  
ビタミンC、βカロテン、鉄分、  
食物繊維を含む緑黄色野菜

葉の緑が鮮やか  
で先までピンと  
真っ直ぐ伸び、  
茎が白いものが  
新鮮です♪



## アレンジもOK!

## 水菜と油揚げの チーズ巻き



### 材料 (2人分)

水菜	100g(2株)
油揚げ	2枚
スライスチーズ	3枚
①醤油	大さじ2
①砂糖	大さじ1
①みりん	大さじ1
①水	大さじ2
ごま油	小さじ1
大葉	1枚



調理時間・約30分 592Kcal

- ① 油揚げの3辺に切り込みを入れ開く。水菜は油揚げの広さに合わせて、スライスチーズは半分切る。
  - ② 油揚げの中でスライスチーズ、水菜の順に乗せ巻く。巻き終わりは爪楊枝でとめる。
  - ③ 熱したフライパンにごま油をひき、②の巻き終わりを下にして中火で焼く。
  - ④ 油揚げに焼き色がついたら①の調味料類をかけ、全体に味がなじむまで中火で加熱し、火からおろす。半分に切り、大葉を敷いた器に盛り付け完成★
- ★ チーズはとろけないタイプを使いましょう!

株式会社 Mizkan Holdings 鍋なび・dely株式会社 クラシルより引用



《お問い合わせはこちら▼》

(株)新和メディカル ○○営業所

〒859-3216 長崎県佐世保市勝海町278-2

TEL : 0956-76-8236 FAX : 0956-76-8237

担当 :



## HPも

### Checkしてね!

HP : <http://www.shinwamedical.com/index.html>