

11月

R2年

# ハロー薬局だより



ハロー薬局  
～営業時間～



<長利店> <尾張店>

月・火・水・金

午前8:30～午後6:30

木 午前8:30～午後4:30

土 午前8:30～午後12:30

## 今月のレシピ

今月のテーマ：インフルエンザ

インフルエンザから身を守る予防策の一番に挙げられるのがワクチン接種で、発症した際の重症化を防ぎます

手洗い、うがいも大切です。インフルエンザウイルスは湿度がとても苦手なので加湿器を使うなどして室内の乾燥を防ぐのもポイントです

コロナ感染症も流行していますので、手洗いは、手のひらだけでなく、指先や爪の間、手首なども、十分時間をかけて手洗いをしましょう



### 材料

豆腐、味噌、チーズ、マヨネーズ

### お豆腐グラタン



☆絹豆腐は、使う前に余分な水分をとっておき、細かくつぶす

☆味噌とマヨネーズを加え、よく混ぜる

☆グラタン皿に入れて平らにならし、たっぷりチーズをのせる

☆オーブンで色付くまで焼く

簡単なので、

もう一品に良いですね(× > < )。 ✧♡

