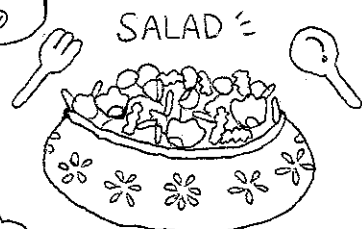


# カインドメディカルだより2月号

みなさまこんにちは!

2月のカインドメディカルだよりをお届けします!!  
2月といえばパレンタインデがありますね☆みなさんステキな思い出ありますか?残念ながらドキドキエピソードのない私ですが...とにかくチョコレートが大好き!!!この時期になると娘と百貨店の催事場へ行き(おいしいチョコめずらしいチョコを試食できてオススメです☆)主人と息子にチョコレートを買ってあげた娘と私もやっぱりおいしくいただく♡という

のがお決まりです♪チョコレートはカルシウム  
マグネシウム 鉄 亜鉛 などミネラル類が豊富に含まれ栄養バランスもGOOD!!  
プレゼントにも自分でいただくのもいいですね♪



SALAD

## お知らせ

先月女子評につき 今月も就職・転職相談会を開催致します!!  
4月に向けてお仕事お探しの方、自分に合った病院を探したい!方など納得いくまでご紹介致します。ぜひご参加下さい☆

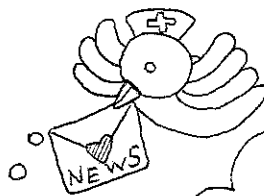
開催日時: 2/12 ~ 3/11《正社員説明会》

場所: 東京都渋谷区代々木1-19-12  
新代々木ビル4F

**0120-935-603**

(月~金 9:00~18:00)

ご希望の方はフリーダイヤルまでご連絡下さい!!



先月のお悩みは肌ケアについてでした!!  
☑️をくださったみなさまありがとうございました☆  
ご紹介させていただきますね☆

仮眠まえには必ずメイクを落としてから寝る!!  
オイルが皮脂

ホルモンバランスが崩れて手ごわい肌荒れの時は迷わず皮膚科へ行く!!

とにかく保湿!! NIVEAやセルドイドなど薬用保湿で乾燥を防ぐ! NIVEA

コミュニケーションコーナーではみなさまのご意見・ご感想・とりあげてほしいテーマなど大募集中です。ぜひお待ちしております☆

✉️ [info@kind-m.com](mailto:info@kind-m.com)

📄 <https://m.facebook.com>

🐦 @nightnurse-jp

次回!! コミュニケーションコーナーはカインドメディカル社員が毎月1人ずつ登場していきます!

お楽しみに~☆

## はじめまして!

カインドメディカルだよりを12月号から担当させていただいてます、柴田と申します!ごあいさつ遅くなりましたが簡単に自己紹介させていただくことになり大変恐縮ですがお付き合い下さいませ。私は現在、春から1年生になる娘と、3才の息子の育児に奮闘している主婦です☆  
息子が体が弱く小児科の先生方、看護師さんには感謝しきれないほどお世話になっている1人です。ご縁が"カインドメディカルだより"を書かせていただいています。読んで下さるみなさまに感謝しながら、ひとつひとつ手書きで愛情込めて、楽しいものを作らせていただきます。どうぞよろしくお願ひ致します☆

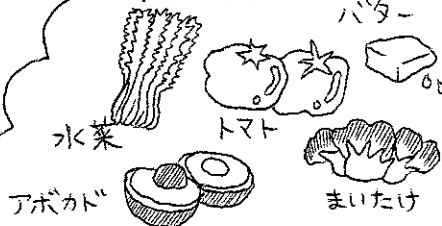
\* 最近の話題のこりーこま \*



お母ちゃんに髪を結ばれて遊ばれてる息子...

## 食べごたえたっぷり!! オススメサラダレシピ!!

《材料》

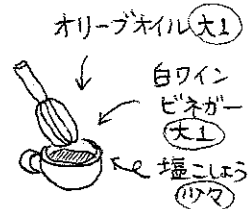


水菜 アボカド

トマト

バター  
まいたけ

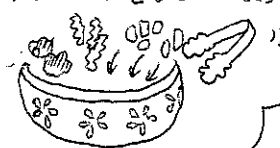
《ドレッシング》



オリーブオイル(大1)  
白ワインビネガー(大1)  
塩(小さじ1/2)

① 熱したフライパンにバターを入れ、まいたけを軽く炒めます。

② カットした野菜と炒めたまいたけを合わせ、混ぜておいたドレッシングをからませます☆



③ とても簡単できあがり!



今月もカインドメディカルだよりお読みいただきありがとうございます。まだまだ寒いですが2月は梅の花が咲きはじめる頃でもあるみたいですね♪春のお花もそろそろ準備をはじめていこうか☆とっても楽しみです!!  
それでは3月号もお楽しみに~♪