



2019

# 暮らしの保健室だより

認定特定非営利活動法人ホームホスピス宮崎  
暮らしの保健室

〒880-0913 宮崎市恒久2丁目19-6  
TEL0985-53-6056 FAX0985-53-6054



秋晴れの心地良い季節となりました。急に寒くなってまいりましたので体調を崩さないよう気をつけて下さいね。さて、今年度も「これからライフデザイン塾」を行います。会場は「暮らしの保健室」。今月は2回の講座があります。一緒に講話やパフォーマンスを楽しく受講しませんか？申込みお待ちしております。

## <10月予定表>

日	月	火	水	木	金	土
		1 相談日	2 ゆるりサロン ♪音楽療法♪	3 第1回 これから ライフ デザイン塾	4 相談日	5 小戸之橋 ストリート フェスティバル 参加
6	7 ゆるり サロン	8 相談日	9 ゆるり サロン	10 相談日	11 ゆるり 短歌会	12
13	14	15 相談日	16 ゆるり サロン	17 相談日	18 相談日	19
20 聞き書き 勉強会	21 ゆるり サロン	22	23 ゆるり サロン	24 相談日	25 相談日	26 第2回 これから ライフ デザイン塾
27	28 ゆるり サロン	29 相談日	30 ゆるり サロン	31 相談日		

※休日の土曜日に、業務上職員が出動していたり、研修等で『暮らしの保健室』の利用をしている場合がありますが、休日の利用や相談は事前の予約をお願いします。ご理解の程、よろしく申し上げます。

## ゆるりサロン

【初回利用料無料】

お茶を飲みながらゆったり過ごせる地域の皆さまに開かれた場所です。音楽療法や体操、パッチワークやトランプなどをして過ごしています。どなたでも利用できますので、気軽に遊びにいらしてください。

- ・開催日…月・水曜日
- ・時間…10時半から15時
- ・利用料…400円
- ・おやつ代…100円

バッグを  
作りました♪  
ステキでしょ



サロンで昼食を食べられる方は、各自ご持参ください。  
※お弁当(350円)の注文もできます。

## 小戸之橋ストリートフェスティバル

に参加します。

日時：10月5日(土)9:30~13:00

場所：赤江小学校 校内(雨天決行)

地域活性化イベントで、出店やバザー、熱気球、体験などが開催されます。  
ホームホスピス宮崎は、**タクティール®ケア**を行います。  
遊びにきてくださいね♪

相談日【時間】13時半~16時半

☆会議や見学受入れ等で、急にお休みになる場合がございます。また、相談員が不在のこともありますので、事前にお約束いただくと、ゆっくりお話ができます。

## 駐車場について

暮らしの保健室には、建物の左右に縦列駐車(10台以上)できるスペースがございます。  
車でお越しの際は、こちらをご利用ください。



## ゆるり短歌会

今月は、**10月11日(金)**

10時半~12時

参加費は、**1回200円**です。

季節の歌や昔を懐かしむ歌…  
気軽に短歌を作ってみませんか。



## 聞き書き勉強会

聞き書きを不安なく始められるよう、勉強会を毎月「暮らしの保健室」で開催しております。興味をお持ちの方はお電話ください。  
今月は、**10月20日(日) 10時~12時**です。

## これからライフデザイン塾

これからの人生を笑顔で生きるためのヒントを5回シリーズで学びます。各講座500円です。

第1回

**人生の終い方(生前整理・相続など)**

10月3日(木)13:00~16:00(開場12:30)

第2回

**人生の最後に医療とどう関われば良いか**

(医療者への意志表示など)

10月26日(土)14:00~16:00(開場13:30)

※**事前申込み**となっております。

申込み希望の方は、事務局(53-6056)までお電話ください。