



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



ひまわりの花が咲きはじめましたね。いよいよ夏本番です。

『ゆるりサロン』を6月から再開しました。久しぶりに会った時の利用者さん同士の笑顔がとっても素敵でした。十分な感染予防対策をしながら今まで通り密にならず手洗い・消毒をしっかりしましょう。気温・湿度の高い中でのマスク着用は要注意！！適宜にマスクを外して、水分補給をしてくださいね。

＜7月予定表＞

日	月	火	水	木	金	土
駐車場について 建物の左右に縦列駐車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。			1 ゆるりサロン	2 相談日	3 相談日	4
5	6 ゆるりサロン	7 相談日	8 ゆるりサロン	9 相談日	10 相談日	11 18:30~ セルフ お灸教室
12 聞き書き 勉強会	13 ゆるり サロン	14 相談日	15 ゆるり サロン	16 相談日	17 相談日	18
19	20 ゆるり サロン	21 相談日	22 ゆるり サロン	23 ピア上映会 と 講演会	24	25
26	27 ゆるり サロン	28 相談日	29 ゆるり サロン	30 相談日	31 相談日	

※休日の土曜祝日に、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。体操やゲーム、パッチワーク等を楽しんでいます。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。

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

久しぶり～元気しちゃったあ？



※状況に応じて、時間帯が変更になることがあります。

サロンに参加ご希望の方は、事前に事務局にお問い合わせください。

☆イオン 幸せの黄色いレシートについて☆

「イオン幸せの黄色いレシートキャンペーン」イオンは、環境・社会貢献活動の一環として、毎月11日を「イオンデー」と定め、黄色のレシートを発行。購入額の1%が登録団体に寄贈する取り組みです。宮崎では、イオンモール宮崎、イオン南宮崎に店内備え付けのBOXがございます。毎月11日お買い物の際には、ぜひホームホスピス宮崎のBOXに投函をお願いいたします。

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、相談員が不在の場合もございますので、事前にお約束いただくと、ゆっくりお話ができます。

聞き書き勉強会



7月12日(日)10時～12時

「お年寄りが一人心くなくなると、地域にひとつ図書館がなくなる」と言われるほど、お一人の一生は広く深いもの。話を聞き文章にすることで、語り手と聞き手の双方に気付きや学びがあります。聞き書きを不安なく始められるように、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53-6056までお電話ください。参加費は、無料です。

＊セルフお灸教室＊

7月10日(金)18:30～20:00

テーマ：冷え・むくみ・月経痛・更年期障害・妊活
お灸の使い方、お灸をする際の注意事項などをご説明します。お灸を体験してみませんか？参加費は600円です。
参加希望の方は事務局(53-6056)にお電話下さい。

-----お知らせ-----

映画『ピア』上映会と講演会

7月23日(木・祝)

12:30～16:00(開場11:30)

★会場：宮崎市民文化ホール イベントホール

★入場料：500円

参加ご希望の方は、事務局までお電話(53-6056)または、ホームページよりお申込みください。