

暮らしの保健室だより 11月



2016

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
宮崎市恒久2丁目19-6
TEL0985-53-6056

暮らしの保健室で「お灸教室」を始めて、1年が経ちました。これまで、小学生からご年配の方まで多くの女性に参加いただいております。毎回、テーマを決めて開講していますが、女性だけでなく『お灸男子』の会も開きたいと思っておりますので、男性の皆さんもぜひご参加ください。

これからも、皆様の声に耳を傾けながら、いろいろな企画をまいります。今後ともよろしく願いいたします。

<11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	4 相談日	5 お灸教室
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 聞き書き勉強会	14 ゆるりサロン	15 相談日	16 ゆるりサロン	17 相談日	18 相談日	19
20	21 ゆるりサロン	22 相談日	23	24 相談日	25 相談日	26
27	28 ゆるりサロン	29 相談日	30 ゆるりサロン			

＊お灸教室＊

毎回、テーマを決めて開催しています。

今月の予定は、11月5日(土)



参加費は、600円です。時間は、13時半～15時を予定していますが、初心者・経験者の時間をわける場合があります。募集をするとすぐに定員に達しますので、興味がある方はホームホスピス宮崎事務局へお問い合わせください。

ゆるり短歌会

今月は、11月11日(金)
10時半～12時
毎月第2金曜日に開催
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



相談日…【時間】13時半～16時半

☆会議や見学受入れ等で、急にお休みにすることがございます。また、相談員が不在のこともございますので、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

「お年寄りが一人亡くなると、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、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、11月13日(日) 10時～12時です。参加は、無料です。

□えがおキッチン□

12月17日(土)に開催予定です。
内容は、お子様と一緒に作る料理です。
日程が決まりましたら、ホームページやブログにてお知らせします。

お楽しみに□

ホームホスピス宮崎



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。

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

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(250円)の注文も可能です。

ゆるりサロンは・・・

☆第12回みやざき市民活動ドネーション

に参加します。

期間：10月1日～1月31日(4か月間)

- ① 宮崎市民活動センターで 寄付つき商品(1個300円)を購入
- ② 応援したい団体を選ぶ
- ③ 投票する

※300円のうち100円が寄付金になり、応援したい団体に寄付できます。

※休日の土曜祝日に、業務上職員が出勤していたり、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ております。ご理解の程、よろしくお願い致します。