

2023



# 暮らしの保健室だより

紫陽花が綺麗に花を咲かせる季節となりました。

梅雨が来る前に、夏が来たかのように日中は気温が高い日が増えています。最近のニュースでも熱中症やインフルエンザの話が出ているので、予防の為に手洗いうがい、こまめな水分補給を心がけましょう。

## 《 6月予定表 》

日	月	火	水	木	金	土
<b>駐車場について</b> 建物の左右に、駐車場がございます。 車でお越しの際は、こちらをご利用ください。 				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
	ゆるり サロン 陽だまり カフェ		ゆるり サロン			
11	12	13	14	15	16	17
	ゆるり サロン		ゆるり サロン			
18	19	20	21	22	23	24
	ゆるり サロン		ゆるり サロン			
25	26	27	28	29	30	
	ゆるり サロン		ゆるり サロン			

※休日の土曜日曜・祝日の『暮らしの保健室』利用やご相談は、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る為、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。

## 聞き書き勉強会



### 6月11日(日) 10時~12時

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。

『聞き書き』とは、どのような人生を歩まれてきたのか等お話を聞き、その人の言葉を文章にして一冊の本にすることです。興味をお持ちの方は53-6056までお電話ください。オンラインでの参加もできますので、ご希望の方は事務局までお電話ください。

## ゆるりサロン

### 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。

おしゃべりや、体操や折り紙、パッチワークをして楽しく過ごしています。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。サロんで昼食を食べられる方は各自ご持参ください。※お弁当(400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

【初回ご利用の方は、  
利用料とおやつ代は  
無料です】

テーブルに置いていた仕切り版をなくし、これまでできなかったトランプをしました。今回は、ハバ抜きをして楽しみました〜♪



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

TEL:0985-53-6056 FAX:0985-53-6054

## 相談について

☆かあさんの家入居や在宅介護の相談を希望される方はお電話ください。

宮崎市 在宅療養でんわ相談室

☎ (0985) 67-5003 平日10:00~17:00



## ☆イオン幸せの黄色いレシートについて☆

イオンでは、毎月11日を「イオンデー」とし、社会貢献活動の一環として、「幸せの黄色いレシートキャンペーン」を行っています。レジ精算時にお受け取りになった黄色のレシートをボランティア団体名が書かれた投函BOXに入れていただきますと、レシート購入額の1%が、登録団体に寄贈される取り組みです。

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に投函お願い致します。



宮崎市認知症カフェ運営支援事業

## 陽だまりカフェ



ご家族の介護で心配なことが… 体のことや生活に不安が… 認知症について詳しく知りたい… 認知症に関心がある方 など

専門の看護師に相談してみませんか？

6月 5日(月) 13時~15時

6月 24日(土) 13時~15時

参加費は無料です。

参加ご希望の方は事務局 53-6056 までお電話をお願いします。