

2023



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



今年のカレンダーも残り1枚となりました。もう12月、やっと12月…みなさまにとっては、どのような一年でしたでしょうか？
これから寒さが一段と厳しくなり、空気も冷たく乾燥しはじめます。インフルエンザが増えていますので、外出から帰ったら、うがい・手洗いを忘れず、元気な身体で新しい年が迎えらるよう予防していきましょう。

《12月予定表》

日	月	火	水	木	金	土
駐車場について 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 聞き書き勉強会	4 ゆるりサロン 陽だまりカフェ	5	6 ゆるりサロン	7	8	9
10	11 ゆるりサロン	12	13 ゆるりサロン	14	15	16
17	18 ゆるりサロン	19	20 ゆるりサロン クリスマス会	21	22	23 陽だまりカフェ
24	25 ゆるりサロン クリスマス会	26	27	28	29	30
31	<p>☆年末年始はお休みです。(12/29~1/3) 1月の「ゆるりサロン」は1/10(水)からです。</p>					

※休日の土曜日曜・祝日の『暮らしの保健室』利用やご相談について
業務上職員が出勤していたり、研修等で「暮らしの保健室」を利用している場合があるため、事前の予約をお願いします。ご希望の方は、事務局までお知らせください。

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～
体操、パッチワーク、折り紙、トランプ等・・・♪
一緒に、おしゃべりをしながら楽しく過ごしませんか？
どなたでも自由に利用できます。半日利用もOK。
☆気軽に遊びにきてください
☆参加ご希望の方は、事務局までお知らせください。
サロンで昼食をとられる方は、各自ご持参ください。
※お弁当(400円)の注文もできます。
ご希望の方は、利用日前日までにお知らせください。

開催日…月・水曜日
時間…10:30～15:00
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。

ネイルをしてもらいましたステキですよ～

宮崎市在宅療養でんわ相談室

☆在宅介護のご相談や、かあさんの家入居をご希望の方は、お電話ください。

専用電話：0985-67-5003

受付時間：平日 10時～17時です。

なお、通話内容は記録のため録音させていただく場合があります。

この事業は、宮崎市在宅療養相談事業による補助事業です。

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？

12月は 4日(月) 13時～15時

23日(土) 13時～15時

12/4(月)は介護教室『終活をはじめよう』を行います。

*両日、参加費無料です。
*参加希望の方は要申込です。

聞き書き勉強会

参加費:無料

12月3日(日) 10時～12時

聞き書きを不安なく始められるように、勉強会を「暮らしの保健室」で開催しております。

聞き書きと一緒に学んでみませんか？

参加ご希望の方は、事務局までお知らせください。

オンラインでも参加可能です。

ご希望の方には、ID等をお知らせいたします。

