

2024



# 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



## 「暮らしの保健室」が開設 9周年 を迎えました

2015年に「暮らしの保健室」が開設して、9年が経ちました。これも日頃からお世話になっている皆様のおかげです。心から感謝申し上げます。  
「暮らしの保健室」が暮らしの中でのさまざまな困りごとの相談ができる場、ほっと安心できる場として これからもどうぞよろしくお願いいたします。

### <3月予定表>

| 日   | 月  | 火  | 水                | 木  | 金  | 土                 |
|---|--|----|------------------|----|----|-------------------|
| <b>駐車場について</b><br>建物の左右に、駐車場がございます。<br>車で越しの際は、こちらをご利用ください。 |  |    |                  |    | 1  | 2                 |
| 3   | 4<br>ゆるり<br>サロン<br>陽だまり<br>カフェ   | 5  | 6<br>ゆるり<br>サロン  | 7  | 8  | 9                 |
| 10<br>聞き書き<br>勉強会   | 11<br>ゆるり<br>サロン   | 12 | 13<br>ゆるり<br>サロン | 14 | 15 | 16                |
| 17  | 18<br>ゆるり<br>サロン   | 19 | 20               | 21 | 22 | 23<br>陽だまり<br>カフェ |
| 24  | 25<br>ゆるり<br>サロン   | 26 | 27<br>ゆるり<br>サロン | 28 | 29 | 30                |
| 31  | <b>相談について</b><br>「かあさんの家」入居や在宅介護の相談を希望される方は<br>お電話ください。☎ (0985) 53-6056 平日 10:00~17:00 |    |                  |    |    |                   |

※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、使用している場合があるため  
事前の予約をお願いします。(事務局までお電話ください)

## ゆるりサロン

参加希望、ボランティア  
希望の方は、事務局まで  
お知らせください♪

### 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。

ゆるりサロンでは体操や折り紙、パッチワーク等  
おしゃべりをしながら、楽しく過ごしています♪  
地域住民の方が、年齢に関係なくどなたでも利用  
できます。気軽に遊びにいらしてください♪  
(ゆるりサロンの見学やご相談は月～金曜対応しています。)

サロンで昼食を食べられる方は、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、ご利用の前日までにお電話ください。



- 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、  
利用料おやつ代は無料です。

トランプや  
風船バレーなどをして  
たくさんの笑い声が  
聞こえてきました(´▽`)

ゆるりサロンを  
支えてくださるボランティアさん  
ちょっとだけボランティアさんも  
お待ちしております!!



## 聞き書き勉強会

参加費：無料

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。

今月は **3月10日(日)10時～12時**です。  
オンラインでの参加も可能です。  
参加ご希望の方は、事務局にお電話ください。



宮崎市認知症カフェ運営支援事業

参加費：無料

## 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？

**3月 4日(月) 13時～15時**

**3月 23日(土) 13時～15時**



は準備の関係の為、

～2月の音楽療法～  
歌を歌ったり  
音楽に合わせて  
体をたくさん  
動きました。

