



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



紫陽花の花が少しずつ色づき始め、梅雨の気配を感じる時期となりました。梅雨に近づいていますが、もうすでに夏のような暑さを感じます。まだ大丈夫だと思っても、意外と足りていないのが水分です。こまめな水分補給を心掛け、熱中症予防をしっかりしていきましょう。

## < 6月予定表 >

| 日  | 月   | 火  | 水      | 木  | 金  | 土  |
|--|---|----|--------|----|----|----|
| <b>駐車場について</b><br>建物の左右に、駐車場がございます。<br>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  |
|  | ゆるりサロン  |    | ゆるりサロン |    |    |    |
| 9  | 10  | 11 | 12     | 13 | 14 | 15 |
| 聞き書き勉強会  | ゆるりサロン  |    | ゆるりサロン |    |    |    |
| 16   | 17  | 18 | 19     | 20 | 21 | 22 |
|  | ゆるりサロン  |    | ゆるりサロン |    |    |    |
| 23   | 24  | 25 | 26     | 27 | 28 | 29 |
|  | ゆるりサロン  |    | ゆるりサロン |    |    |    |
| 30   |  |    |        |    |    |    |

※休日の土曜日・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9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

【初回ご利用の方は、  
利用料とおやつ代は  
無料です】

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。

サロンで昼食を食べられる方は、各自ご持参ください。ゆるりサロンを支えてくださるボランティアさんもお待ちしております♪



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

折り紙でちょうちょを作りました♪

## 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に投函お願いします。



昨年度キャンペーンでいただきました寄付で…  
血圧計、電池やハンドソープや台所用用品  
トイレットペーパー等を購入させていただきました。

ありがとうございます。/❤️

