



# 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

夏の暑さが続き、秋の心地よい風が待ち遠しくなってきました。まだまだ暑さが続きます…水分補給を忘れず、体調に気をつけてお過ごしください。  
改めて、『暮らしの保健室』についてお知らせします。 ふらっと立ち寄れて気軽に医療者や福祉介護の専門家と話ができる場所です。  
また、誰に聞いていいのかわからないこと…介護についてのご相談やお薬のことなど聞いてみたいことがありましたら、月～金曜日、お立ち寄りください。

## ＜9月予定表＞

日	月	火	水	木	金	土
	1 ゆるりサロン 10:30～15:00 13:00～好きな事を ご自由に	2	3 ゆるりサロン 10:30～15:00 13:00～パッチワーク または 好きな事を自由に	4	5	6
7	8 ゆるりサロン 10:30～15:00 13:00～好きな事を ご自由に	9	10 ゆるりサロン 10:30～15:00 13:00～パッチワーク または 好きな事を自由に	11 毎月11日 イオン・幸世の 黄色いレシート キャンペーン 詳細は裏面を ご覧ください。	12	13
14 聞き書き 勉強会 10-12	15 お薬相談 9/22(月) 11:00～12:00 岡元薬局の岡元さんが 来てくださいます	16	17 ゆるりサロン 10:30～15:00 13:00～パッチワーク または 好きな事を自由に	18	19	20
21	22 ゆるりサロン 10:30～15:00 11:00～ お薬相談 13:00～好きな事を ご自由に	23 休日 ふらっと カフェ	24 ゆるりサロン 10:30～15:00 13:30～お楽しみ会	25	26	27
28	29 ゆるりサロン 10:30～15:00 13:00～ 音楽あそび	30 休日ふらっとカフェ 9/23(火・祝) 13:30～16:00 詳細は裏面をご覧ください。				

## 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～

午前 は、体操や折り紙やトランプ等をしたり…  
午後 は楽器遊びやゲーム遊び、パッチワークを  
したり、本を読んだり…それぞれ好きな事を自由に  
過ごしています。  
(※詳しくは←左のカレンダーをご覧ください。  
予定が変更になることもあります。ご了承ください。)

どなたでも利用できます。見学もできますよ。  
ゆる～りと気軽に遊びにいらしてください。

★サロンで昼食を一緒に食べたい方はご持参ください。  
★ゆるりサロンを支えてくださるボランティアさん  
お待ちしております。(半日ボランティアさんもうれしいです♪)



都道府県かるたを  
しました。  
『これは勉強に  
なるね～』と  
楽しい時間を  
過ごしました。



元気に体操!!  
体を動かして、気持ちがいいな～♪

開催日  
月・水 曜日  
時間  
10時半～15時  
利用料  
1日→200円  
半日→100円  
【初回ご利用の方は、  
利用料無料です】  
※パッチワークを  
される方は  
プラス400円です。

その他、材料が必要な  
活動の日は別途料金を  
いただく事がございます。

秋のお楽しみ会  
9/24(水)13:30～  
「南京玉すだれ」や、  
「マジックショー」「皿回し」  
等を予定しています。

車でお越しの際は、  
「暮らしの保健室」の左右に  
駐車場がありますので  
ご利用ください。



※休日の土曜日曜・祝日の『暮らしの保健室』利用  
希望やご相談について  
『暮らしの保健室』を利用希望の方、または  
ご相談を希望の方は事前の予約をお願いします。  
ご希望の方は、事務局(0985)53-6056 まで  
お電話ください。

※裏面も  
ご覧ください  
→→→→→

# 聞き書き勉強会

 **9月14日(日)**  
**10時~12時**

『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。

はじめての方も、『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、勉強会に参加希望の方は事務局 **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。  
参加希望の方は上記の電話番号までお電話ください。

宮崎県がんサロン等運営支援事業

## ふらっとカフェ



いつもは、毎月第2水曜日(今月は9/10(水))に  
県立宮崎病院 4階で OPEN していますが…

下記日時で**休日**ふらっとカフェを OPEN します

**9/23(火・祝) 13:30~16:00**

『暮らしの保健室』にて

病気を持ったご本人、ご家族、ご友人どなたでも  
ご利用いただけます。お茶を飲んだり、誰かに話を  
聞いてもらったり……本を読んだりできます。



~お気軽にお立ち寄りください~

## 相談について

不安なことや誰かに聞きたい  
また、かあさんの家入居や在宅介護の  
相談を希望される方は  
↓こちらにお電話ください。

**宮崎市**

**在宅療養でんわ相談室**

**☎ (0985) 67-5003**

平日 10:00~17:00

この事業は  
「令和7年度宮崎市在宅療養支援推進事業」  
による補助事業です。

## 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。

イオン南宮崎に  
店内備え付けの  
BOX がございます(→写真)



レジ精算時に  
受け取った**黄色のレシート**を、ボラン  
ティア団体名が書かれている投函 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。

ご協力  
よろしくお願いいたします

