

2025



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

涼やかな秋の風が吹く季節となりました。読書の秋、食欲の秋、芸術の秋、スポーツの秋…いろいろな秋を満喫してみてくださいね。
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。

＜10月予定表＞

日	月	火	水	木	金	土
【駐車場のご案内】 「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。 			1 ゆるりサロン 10:30～15:00 13:00～パッチワーク または 好きな事をご自由に	2	3	4
5	6 ゆるりサロン 10:30～15:00 13:00～好きな事をご自由に	7	8 ゆるりサロン 10:30～15:00 13:00～パッチワーク または 好きな事をご自由に	9	10	11 毎月11日 イオン・幸せの 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 聞き書き 勉強会 10～12	13	14	15 ゆるりサロン 10:30～15:00 13:00～パッチワーク または 好きな事をご自由に	16	17	18
19	20 ゆるりサロン 10:30～15:00 13:00～好きな事をご自由に	21	22 ゆるりサロン 10:30～15:00 13:00～好きな事をご自由に	23	24	25
26	27 ゆるりサロン 10:30～15:00 11:00～お薬相談 13:00～音楽あそび	28	29 ゆるりサロン 10:30～15:00 13:00～好きな事をご自由に	30	31	

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～

開催日

月・水 曜日

時間

10時半～15時

利用料【初回ご利用の方は、利用料無料です】

1日→200円

半日→100円

※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。

午前中は、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。) ★午後も過ごされる方は、お昼ごはんをご持参ください。

相談したい事がある方、相談したい事はないけれど、誰かと話したい時やお茶を飲んでひと息つきたい時等…どなたでも利用できますので、お気軽にお越しください。

★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。
(半日ボランティアさんもうれしいです♪)



パッチワーク
製作中★
完成が楽しみです
ね(*^へ^*)



広いテーブルに、
色とりどりのペットボ
トルを置いてボール
遊びをしました!!
ボールの種類も投げ
方もいろいろ…(*▽*)
当たっても当たらな
くても、たくさん笑っ
て楽しい時間を過
しました。



※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
→→→→→

お薬相談 10/27(月)11:00～12:00
岡元薬局の岡元さんが来てくださいます

聞き書き勉強会



10月12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。

相談について

不安なことや誰かに聞きたいことがあったら…また、『かあさんの家』入居相談や在宅介護の相談等を希望される方は、
↓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

