



暮らしの保健室だより

2018

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



冷え込みが強まり、鍋料理が美味しく感じる季節になりました。急に冬がきましたが、体調を崩されていませんか？

「暮らしの保健室」は、屋根にためた暖かい空気を循環させ、建物を足元から温めるよう造られています。

お越しの際は、ちょっとスリッパを脱いで床の温かさを感じてみませんか？お待ちしております♪

＜12月予定表＞

日	月	火	水	木	金	土
						1
相談日【時間】13時半～16時半 ☆会議や見学受入れ等で、急にお休みになる場合がございます。 また、相談員が不在のこともございますので、事前にお約束いただくと ゆっくりお話ができます。						
2	3	4	5	6	7	8
	ゆるり サロン	相談日	ゆるり サロン	相談日	ゆるり 短歌会	
9	10	11	12	13	14	15
聞き書き 勉強会	ゆるり サロン	相談日	ゆるり サロン 音楽療法		相談日	えがお キッチン
16	17	18	19	20	21	22
	ゆるり サロン	相談日	ゆるり サロン	相談日	相談日	
23	24	25	26	27	28	29
		相談日	ゆるり サロン クリスマス会	相談日	相談日	
30	31	☆年末年始はお休みです。(12/29～1/3) 1月の「ゆるりサロン」は、1/9(水)からです。				

※休日の土曜祝日に、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りますが、休日の利用や相談は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。

ゆるりサロン

【初回利用料無料】

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。

(12日(水)は音楽療法♪
26日(水)はクリスマス会を行います。)

開催日…月・水曜日
時間…10時半から15時

利用料…400円
おやつ代…100円

☆サロンで昼食を食べられる方は、各自ご持参ください。
※お弁当(350円)の注文できます。



昨年のクリスマス会の様子です。

ゆるり短歌会

今月は、12月7日(金)

10時半～12時

参加費は、1回200円です。



季節の歌や昔を懐かしむ歌…気軽に短歌を作ってみませんか。

ただいま、今までの作品を短歌集として作成中です。

聞き書き勉強会

「お年寄りが一人亡くなると、地域にひとつ図書館がなくなる」と言われるほど、お一人の一生は広く深いもの。話を聞き文章にすることで、語り手と聞き手の双方に気付きや学びがあります。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、12月9日(日)10時～12時です。参加費は、無料です。興味をお持ちの方は事務局(53-6056)にお電話ください。



えがおキッチン

12月15日(土) 10:00～14:30

参加費…ひとり600円

(材料費・会場使用料含む)

誰でも参加できます。車いす利用の方の参加も可能です。(小学生4年生以下の参加は保護者の同伴をお願いします。)

今回のメニューは



クリスマスケーキ

キッシュ・カルボナーラ など

希望者の方は…

※変更になる事もあります。

クリスマスリース作りもあります♪

(参加費込み)

★ お申し込み、お問い合わせは

53-6056 まで♪

駐車場について

暮らしの保健室には、建物の左右に縦列駐車(10台以上)できるスペースがございます。車でお越しの際は、こちらをご利用ください。

