



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

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、体調を崩していませんか？

「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
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。					1 相談日	2
3	4 ゆるりサロン	5 相談日	6 ゆるりサロン ♪音楽療法	7 相談日	8 ゆるり短歌会	9
10 聞き書き勉強会	11 ゆるりサロン	12 相談日	13 ゆるりサロン	14 相談日	15 相談日	16
17	18 ゆるりサロン	19 相談日	20 ゆるりサロン	21 相談日	22 相談日	23
24	25 ゆるりサロン クリスマス会	26 相談日	27 ゆるりサロン	28 相談日	29	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、1/10(水)から					

※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。

(6日(水)は音楽療法
25日(月)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)の注文も可能です。



☆第13回みやざき市民活動ドネーション

に参加しています。

期間：10月1日～1月31日(4か月間)

①宮崎市民活動センターで寄付つき商品

(1個300円)を購入

②応援したい団体を選ぶ

③投票する

♪ご協力お願いします♪

※300円のうち100円が寄付金になり、応援したい団体に寄付できます。

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。



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10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。



＊お灸教室＊

今月は**お休み**です。

次回は、1月13日(土)です。

ゆるり短歌会

12月8日(金)に行います。

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。参加されている皆さんの作品をホームページで紹介していますので、ぜひチェックしてください。

赤江つなごうサロン

があります

日時 12月9日(土)

13:00～16:00

場所 月見ヶ丘センター

※駐車場がありませんので自転車・徒歩でお願いします。

たくさんの団体や年代の人と交流できるサロンです。ホームホスピス宮崎は、セルフお灸体験コーナー、「ゆるりサロン」利用者の製作した手芸作品販売を行う予定です。申し込み不要ですので、ふらっと遊びにきてくださいね♪

主催:赤江地域まちづくり推進委員会