

# ほっとサロンだより

朝の霜の冷たさは身体にこたえますね。霜の日は昼間暖かくて嬉しいのですが…。

花粉が飛び交っている様で、眼がかゆくなったり、鼻水が出たり、クシャミが止まらなくなったりで、花粉症対策も早めに行わないと重症になると大変なようです。

夜明けも早くなります。陽も長くなってきました。

まだインフルエンザが流行しています。

うがい、手洗い、マスクの着用を引き続きお願いします。



## げらげら公楽歩<sup>くらぶ</sup>

日時：3月18日（土）

11:00～12:00

※いつもと時間が変わっています

場所：3階 ほっとサロン

お問合せ：小林 090-5370-4689

## 日曜ほっとサロン スマイル

日時：3月12日（日）

13:00～15:00

場所：3階 ほっとサロン

お問合せ：小林 090-5370-4689

初めての方も大歓迎です。

一度参加してみませんか。

## 《おしらせ》

### 平成28年度緩和ケアを考える集い

日時 平成29年3月5日（日） 13:00～15:30

場所 あすてらす（大田市大田町）

講演会 「がん哲学外来～医療の隙間を埋める～」 順天堂大学教授 樋野 興夫 氏

コンサート 長坂ファミリー 緑の街合奏団 他

連絡先 島根県県央保健所 医事・難病支援課 電話 0854-84-9826

ほっとサロンは、外来中央診療棟3階で、毎週月曜日10時から15時まで

オープンしています。患者と患者家族の癒しの部屋（空間）です。

無料ですので一度寄ってみてください。お待ちしております。

お問い合わせ先：0853-20-2545（がん患者・家族サポートセンター）