

ほっとサロンだより

雪が降りませんね。暖かい冬は生活するにはとっても助かるのですが、スキー場の方達や冬の観光地など生活がある方達など、又、田んぼの土の中の虫が退治できないと、田植え、稲刈りにも影響し、夏の水不足も心配になってきますね。

中国武漢からのコロナウイルス菌肺炎も怖いです。インフルエンザもまだまだこれからです。手洗い、うがい、マスク着用宜しくお願いします。



げらげら^{くらぶ}公楽歩

日時：2月15日（土）

13:30～14:30

場所：3階 ほっとサロン

※初めての方も大歓迎です

お問合せ：小林 090-5370-4689

日曜ほっとサロン スマイル

「スマイル」は、20～40代の
女性がん患者、難病患者的サロンです

日時：2月16日（日）

13:00～15:00

場所：ほっとサロン

※初めての方も大歓迎です。

お問合せ：小林 090-5370-4689

AYA 世代 (若年がん患者) 交流会！！

普段、家族や友達など
周りの人たちに話せない
ことを、同世代のがん患
者同士で気軽に話しをし
てみませんか？

日時：2月8日（土）
14:00～15:30

場所：ほっとサロン

対象者：39歳までにが
んに罹患した経験のある
方（男女問わず）

参加方法：途中参加・退出
OKです！

お問合せ：
0853-20-2518（がん
患者・家族サポートセン
ター）又は E-mail：
kuwabara.s0323@
gmail.com（桑原）



ちょっとためになる話 ① ～やる気を出すためのヒント集より～

ある人が、大企業110社の社長が求めている社員像として一様に出てくるのが「やる気」である、という本を読み、その中で「やる気」を生み出すための工夫について、各社長が語っている部分を抜き出していました。20項目ほど挙げられており、今後4回に分けて掲載していきます。

ピタッとくる項目があれば、是非自分のものにしてみてくださいね。

- 1) 一人でこもるな。人と競う場を自分でつくり出せ。
- 2) やる気のある友達を、好んで求めよ。
- 3) 不退転の目標＝戦略を、自分でつくれ。
- 4) 好きだ、好きだと繰り返して、自分の仕事に惚れよ。
- 5) 何事も、勢いのあるものを見つけて乗ってみよ。

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）