

## ほっとサロンだより



7月になりました。今年もあと半年ですよ！！  
梅雨に入りましたがいつもより遅い梅雨入りでした。  
先月23日、24日とよく降りましたね。梅雨明けは7月中頃でしょうか？  
梅雨が明けてからの暑さが怖いです。  
脱水症状には本当に気をつけてくださいね。水分補給は大切ですが、塩分も多少一緒に摂取してください。  
年齢を重ねていく毎に体力が無くなっていくのを感じています。  
気力、体力、根性だけでは限界がありますね。  
若いから何でも出来ると思わず、御身大切にして生活習慣に気をつけて過ごしていただきたいものです。宜しくお願いします。

### ほっとサロンのご案内

日時：7月8日（月）

10:00～12:00

場所：3階ほっとサロン

お問い合わせ

小林 090-5370-4689

- ・必要な方は飲み物をご持参下さい。
- ・食べ物は禁止です。
- ・マスク着用をお願いします。

※入院患者さんにはご遠慮願います。

※日曜ほっとサロンスマイルは只今検討中です。しばらくお待ちください。

ほっとサロンは、外来中央診療棟3階で、毎月第2月曜日10時から12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)