



ほっとサロンだより



11 月になりました。朝晩本当に寒くなりましたね。
朝方の冷え込みは身体に应えます！！
北海道は雪が降っているところがあるのですから寒いのは当然でしょうか！
今年は柿が成り年とのこと。食べ過ぎないでくださいね。胃腸を壊す原因になります。柿の渋み成分であるタンニンが胃酸と反応してできる「柿胃石」が胃痛や吐き気、さらには腸閉塞を引き起こすことがあり、また、柿は体を冷やす作用があるため、食べ過ぎると下痢をしたり、お腹が冷えたりする可能性もあるということです。

柿、美味しい、大好きでもほどほどにして御身大切にしてくださいね。

ほっとサロンのご案内

日時：11 月 10 日（月） ※入院患者さんは病棟スタッフ
10：00～12：00 の許可を得てからお出掛け下さい。

場所：3 階ほっとサロン

・マスク着用をお願いします。

※11 月 24 日（月）は
振替休日でお休みです。



お問い合わせ
小林 090-5370-4689

10 月 18 日（土）19 日（日）にくえびこ祭に参加しました。風が強かったり、雨が降ったりして大変でしたが…がん検診の啓発、スマイル、ほっとサロンの集いをすることが出来ました。

19 日（日）はレモネードスタンド、メイク・ア・ウィッシュの募金活動にご協力いただき、本当にありがとうございました。

ほっとサロンは、外来中央診療棟3階で、毎月第 2・第 4 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）