

ほっとサロンだより

皆様明けましておめでとうございます。

今年も良い年でありますように、心よりお祈り申し上げます。
おかげ様で、ほっとサロンは今年7月に10周年を迎えます。

今年も皆様と共に歩んでいきたいと思っておりますので、よろしく
お願いいたします。



げらげら公楽歩

日時：1月23日（土）

13：30～14：30

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

日曜ほっとサロン スマイル

日時：1月17日（日）

13：00～15：00

場所：3階 ほっとサロン

「スマイル」は、20～40代の女性
がん患者、女性難病患者のサロンです。

お問合せ：小林 090-5370-4689

～お役立ち情報～

ミカンの皮は役に立ちます。魚焼きグリルの中にちぎって入れて（水をいっしょに）魚を焼いたら臭いが残りません。また、灯油が手についたりしたらミカンの皮でこすって手洗いすると臭いがとれます。

網の袋やカゴで乾かして保存しておいて、使うときに水で戻しても大丈夫ですよ。
試してみてくださいね。



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）