

ほっとサロンだより

朝夕が本当に涼しくなりましたね。
 稲刈りが順調に進んでいますね。黄金の稲穂が刈られて新米となる
 今年の出来はどうなんでしょうか！？
 秋の味覚も出ていますね。松茸、栗、柿、無花果、もう食されましたか？
 食べ過ぎに注意してくださいね。
 コロナも緊急事態宣言がすべて解除になりました。全国的にも人数は
 減少してきていますが、このまま大丈夫なのでしょうか？
 不安は残りますが、何とか良い方向へと進んで欲しいですね。



**※新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため
 10月のサロンはお休みします。**

げらげら^{くらぶ}公楽歩

場所：3階

※参加費も大歓迎です。

お問い合わせ：小林 090-5370-4689

中止します

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、難病患者のサ
 ロンです

場所

※参加費の方も大歓迎です。

お問い合わせ：小林 090-5370-4689

中止します

簡単クッキング♪

- ちょっと塩辛い塩鮭を焼いて、身をほぐし、キャベツと炒める。
 味付けは、塩コショウで。簡単で美味しいですよ。
- らっきょう酢は何にでも使えます。ドレッシング代わりにその
 ままサラダにかけたり、酢の物も調合いらすですよ。
 大根とゆずと柿などもいいですよ。



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。

10月はお休みします

お問い合わせ先：0853-20-2545（がん患者・家族サポートセンター）