

雲南サロン「陽だまり」

第212号 R7. 10. 1

雲南サロン「陽だまり」のめざすものとして、病気について不安を抱える患者同士（または家族）が交流することで支え合い、がんという病気の予防や検診の必要性について、患者（または家族）の立場から、普及啓発していけたらと考えています。



朝方の涼しさは肌布団でも寒さ（？）を感じる様になりましたネ。
でも日中はまだ暑い!! ですネ。動くと汗がにじんできます。
新米が出来ましたが米の価格はそんなに下がっていません。
物価高で節約・我慢の生活が続いています。栄養を考えての安価で
簡単、美味しいお料理がありましたら教えてください。
今年の秋刀魚は太くて大きく、価格もお手頃みたいですよ。
大根おろし、すだちを搾って……美味しいですネ。
寒暖の差が出てきますので着衣など気をつけて、風邪などひかない様に体調管理をして下さい。
宜しくお願いします。



雲南サロン陽だまり

日時: 10月 9日(木) 10:00~12:00

10月23日(木) 10:00~12:00

マスク着用をお願いします。

【お問い合わせ】

小林(電話 090-5370-4689)

☆認知症の人と家族の会サロン☆

「色えんぴつ」

日時: 10月2日(木) 10:00~12:00

マスク着用をお願いします。

【お問い合わせ】

小林(電話 090-5370-4689)

雲南サロン“陽だまり”は参加料など必要ありません。お気軽にお出かけください！



《お問い合わせ先》

運営世話人 小林 貴美子

島根県雲南保健所 周藤

雲南市役所 健康推進課

TEL 090-5370-4689

TEL (0854) 42-9674

TEL (0854) 40-1045