



ほっとサロン浜田 便り

(がん患者と家族のサロン)

2021年9月1日(9号)

9月は7・14・21・28日

女性だけのサロンひまわりは14日

9月はがん征圧月間です！

自分のため、大切な人のためにも定期的ながん検診を受けましょう
コロナワクチンの3回目、4回目を接種した方も増えてはいますが、様々な事情で接種していない人もあります。新型コロナウイルス感染が流行してから、がん検診を受ける人が少なくなっています。病院に行って感染するのではないかなど、いろいろな不安があるかとも思いますが、手遅れにならないためにも、がん検診を受け健康を維持しながら新しい生活様式を上手に取り入れ、コロナの危機を乗り越えていきましょう。

市が実施しているがん検診は浜田市に住民票がある人はすべて**無料**です。

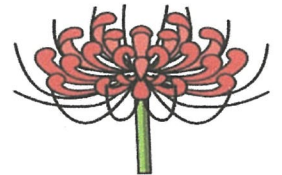
厳しい暑さが続く中、熱中症や新型コロナウイルス感染に注意しながらの生活をしていますが、厚生労働省は屋外・屋内でのマスク着用について目安として距離が2メートル以上確保できる場合はしなくてもよいが距離が確保できない場合はマスク着用を推奨しています。

高齢の方と会う時や病院に行くときはマスクを着用しましょう。

夏場は熱中症防止の観点から、屋外でのマスクの必要のない場面ではマスクを外すことを推奨しています。

今後の活動についてのお知らせ

9月16日(金) 浜田商業高校がん教育の勉強会参加



10月30日(日) 浜田市健康福祉フェスティバルはコロナ感染者拡大のために中止になりました。

8月7日(日) フリーマーケットひまわりの場所でハーモニカの演奏会を行いました。

昭和の歌謡曲・甲子園での高校野球応援歌、栄光は君に輝くなど優しい音色にとっても心が和みましたとの感想をお聞きしました。



(サロン開催日) 毎週水曜日 13:00~15:30

女性だけの会サロンひまわり 第2水曜日 12:00~13:00

場所・・・浜田まちづくりセンター(旧 浜田公民館)

自身や家族の方の悩みや相談に気軽にお越しくください。

誰かに相談することで気持ちが軽くなるのではないのでしょうか。

(お問い合わせ先) 浜田医療センターがん相談室 担当(松岡) 電話 0855-28-7096

ほっとサロン浜田 世話人 植田和美