



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寒いは当然でしょうか！
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の許可を得てからお出掛け下さい。

10:00～12:00

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)にくえびご祭に参加しました。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。