



す い れ ん



とちぎなんびょうサポート24号

雨の合間の晴れた日には、夏の日差しが降り注ぐようになりました。

7月からは暑さが本格化します。

大量に汗をかき、体力を消耗しやすくなりますし、屋内と屋外との温度差や、冷房の効きすぎなどによって体調を崩しやすくなります。

“こまめな水分補給”と“体を冷やしすぎないこと”など、

夏ならではの体調管理をしっかりとしていきましょう！



難病就労セミナー 開催しました。

令和6年6月24日(月)13:30～難病団体連絡協議会 平塚様、ハローワーク 難病患者就職サポーター様、ウェルビー宇都宮第2センター 就労支援員様から就職に対する心構えや、それぞれの制度、役割、実際の事例についてお話いただきました。

難病患者さんだけでなく、支援者の方の参加も多く、参加者は来場26名、ZOOM9名でした。

難病についてから実際の事例まで流れで聴くことができ、参加されたみなさまからも、理解ができた、ハッとさせられた、貴重な話が聞けて良かった等の声をいただきました。

また企画していきますので、楽しみにしててくださいね♪



特定医療費受給者証

更新準備始めていますか？

臨床調査個人票の記載に時間がかかる場合があります。

期日には余裕をもって準備をしましょう。

お問い合わせは
管轄の健康福祉センターもしくは
宇都宮保健所まで😊



📷 今月の1枚 📷

ピア・サポーターさんが
市貝町 多田羅沼の
すいれんのお写真を
提供してくださいました❀



この花の花ことばのように
純粋な心をもって
いつまでも
美しいたいものです(^)/



なんびょうサポートとちぎのつどい

令和6年9月21日(土) 14:00~16:00

@パーティ とちぎ男女共同参画センター ホール

(栃木県宇都宮市野沢町4-1)



昨年から復活した、県民の皆様へむけた啓発イベント。

今年度はパーティで開催いたします。

難病患者体験発表

宇都宮ユース邦楽合奏団演奏会

難病団体紹介 など



詳しくは栃木県ホームページ、ポスターをご覧ください。

患者・家族交流会(サロン)

奇数月の24日10:30~12:00に開催しています。疾患は問いません。

ゆったり のんびり お話をしませんか♪

7月24日(水)9月24日(火)11月25日(月)
1月24日(金)3月24日(月)

疾患グループ別交流会

毎月 第2火曜日、偶数月 第4水曜日
10:30~12:00 に開催しています。

同じような種類の難病患者さんたちの交流会です。

必ずピア・サポーターも参加しています。

詳しくはお問い合わせください。



お知らせ



健康の森 工事が始まります

とちぎ難病相談支援センターのある、とちぎ健康の森が7月から事務所を立て、10月から長期の工事が始まります。

工事中は大きな音が出たり、通れる道順が異なったりと皆様にご迷惑をおかけいたします。

案内が必要な場合や詳細はお気軽にご連絡ください。

メールについて



メールが送信できていない、数日遅れて受信する事態が発生しています。

メールによりご連絡いただいた場合、2~3営業日以内に返信いたします。

メールが届かない場合、お手数ですがとちぎ難病相談支援センターまでお問い合わせください。

ご理解のほどよろしくお願いたします。

とちぎ難病相談支援センター

月曜日~金曜日 10時~12時/13時~16時

電話:028-623-6113 e-mail:nanbyou@royal.ocn.ne.jp

栃木県宇都宮市駒生町3337-1

とちぎ健康の森 とちぎ健康づくりセンター1階

