

2022年

# 3月の元ちゃんハウス

今年度、すべてのプログラムは来館による**対面**の開催、または**対面+オンライン**の開催といたします。

## 開館時間（対面による相談）

**月曜日～金曜日および第1土曜日 11:00～15:00**

月曜日～木曜日：西村理事長(看護師・ピアサポーター・遺族)  
金曜日：綿谷副理事長(歯科医)

4月から、開館時間を  
16時まで延長いたします。

ご相談は**予約制**とさせていただきます。  
電話やメールでご予約の上お越しください。

当日予約や時間外でも可能な日があります。まずは電話でご相談ください。

☎ **076-232-5566** / 090-5686-5566  
✉ info@gmk.or.jp

**オンライン**での参加ご希望の方は [info@gmk.or.jp](mailto:info@gmk.or.jp)に  
「お名前・プログラム名・お立場(患者・家族・医療者など)」をお知らせください。  
当日接続していただくURLをメールいたします。

## 参加型プログラム

いずれのプログラムもご予約下さい。

「料理教室」 「鯖かぶら寿司」 の場合は事前予約と実費¥1,000-が必要です。

3月 5日(土) 11:00～13:00 講師：櫻井千佳さん

「おしゃべり会」 がん詳しい看護師や多職種メンバー、元ちゃんハウススタッフがあなたの

3月 22日(火) 11:00～15:00 は13～14時のみ お話を伺います。

「アロマの時間」… 11:00～15:00 「タイ式ヨガ・ルーシーダットン」… 14:30～15:00

## おまかせうんちツチ相談

うんちのこと、おしっこのこと何でもご相談ください。気持ちよく出す  
生活の工夫をご一緒に考えましょう。

3月 17日(木) 13:30～15:00 コンチネンスアドバイザー：榊原千秋さん

## 元ちゃん保健室

「個別栄養相談」 管理栄養士が個別に栄養相談を受けます。要予約

3月 5日(土) 13:30～15:00 講師：櫻井千佳さん (管理栄養士)

## 4月の予定 (月～金および 第1土 11:00～16:00 開館)

4月 2日(土) 料理教室 11:00～13:00

” まなびの教室 13:00～ は13～14時のみ 「コロナと口腔ケア&歯科相談：綿谷修一さん」

4月 6日(水) ナイト元ちゃんハウス 19:00～20:00 …4月以降、オンラインのみ・時間を遅らせ・毎月開催に変更

4月 21日(木) おまかせうんちツチ相談 13:30～15:00

4月 26日(火) おしゃべり会 11:00～16:00 アロマの時間 タイ式ヨガルーシーダットン  
は13～14時のみ