

2023年

1月の元ちゃんハウス^{げん}

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

がんに関するサポート（対面による相談）

12月24日～1月9日(祝)は
冬休みをいただきます

月曜日～金曜日および第1土曜日 11:00～16:00

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)

ご相談は当面の間、**予約制**といたします。

電話やメールでお申込みください。

☎ 076-232-5566 (代)
090-5686-5566

✉ info@gmk.or.jp

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。

ご予約・お申込みは
こちらからできます



<https://gmk.or.jp/eventform/>

プログラム

* 対面・オンライン いずれのプログラムもご予約ください。

オンラインで参加ご希望の方は、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。

1月 7日(土) **対面** **「おでかけ元ちゃんハウス」** 妙法寺（金沢市寺町4丁目2-6）
11:00～13:00 講師：阿部豊寿さん（書道家） 参加費：¥500-
新年の想いを書初めし、ぜんざいと法話をいただきます。

令和4年度石川県高度・専門医療人材養成支援事業

1月 19日(木) **対面** **「おまかせうんチッチ相談」**
13:30～15:00 榊原千秋さん（コンチネンスアドバイザー）
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。

1月 24日(火) **対面** **「特別な火曜日」** 令和4年度 石川県高度・専門医療人材養成支援事業
11:00～16:00 **交流会** 13:00～14:00 **対面** アロママッサージ 11:00～15:00 **対面** ルーシーダットン(タイ式ヨガ) 14:30～15:00
がんに関する詳しい看護師・歯科医師・管理栄養士・ピアサポーターなどスタッフが勢ぞろいし交流。個別相談もできます。

2月の予定

- 2月 1日(水) **対面** ナイト元ちゃんハウス 19:00～20:00
- 2月 4日(土) **対面** 料理教室 11:00～「冬にあったかシュクメルリ（ジョージアのシチュー）」
- 2月 4日(土) **対面** まなびの教室 13:00～14:00 「自宅での筋トレ」理学療法士・神野俊介さん
- 2月 16日(木) **対面** おまかせうんチッチ相談 13:30～15:00
- 2月 18日(土) **対面** もくれんの会 13:00～15:00
- 2月 28日(火) **対面** 特別な火曜日 11:00～16:00（交流会・アロママッサージ・タイ式ヨガを含む）