



元ちゃんハウスはがんに影響を受ける人なら、`誰でも`、`いつでも`、`無料で`、利用できる場です。治療や生活、仕事やお金、家族や友人など、あなたが抱える悩みや不安を看護師やがんを経験したピアサポーターなどが受け止めます。ゆっくりとお茶を飲み気ままにお話をするように`ふだん`、のままでおいで下さい。私たちも`ふだん`、のままでお待ちしています。病院と自宅の間にあるもう一つの`いばしょ`、それが元ちゃんハウスです。



## 【いつ開いているの?】

元ちゃんハウスは、月・火・水・木・金・第1土曜日の11:00～16:00に開館しています。



## 【相談するには?】

開館時間であれば相談はいつでもお受けしています。ホームページやメール、電話で相談の予約をすることもできます。



## 【どこにあるの?】

金沢医療センターと金沢大学附属病院の間に位置し、通院や買い物のついでに立ち寄れる至便な地にあります。

※新型コロナウイルス対策としてご来訪の人数を限らせていただいています。直前でも構いませんので来館前にご連絡をお願いいたします。



11時



16時



第1

・電話で予約&amp;問い合わせ

076-232-5566

090-5686-5566

・メールで予約&amp;問い合わせ

info@genchanhouse.com

・ホームページで予約&amp;問い合わせ

<https://genchanhouse.com/>

当日や時間外でもご相談をお受けできる日もあります。お電話でお問い合わせください。



梅の便りも聞こえてきています。今年は大変な年明けでしたが、確実に春は来ています。

これから年度末に向けて元ちゃんハウスは事務的な仕事が忙しくなってきます。1年間の活動報告のニュースレターを作ったり会計の処理をしたり。そして新年度のプログラムも考えています。みなさん、どんなプログラムがあったらいいですか?是非ご意見をお聞かせください。

一緒に元ちゃんハウスで活動しましょう!



理事長 西村詠子

`ようこそ`、3月のことば



元ちゃんハウス

元ちゃんハウス

〒920-0935 石川県金沢市石引 4-4-10 越屋メディカルケアビル

金沢駅から小立野経由・北陸鉄道バスで約 20 分。「石引町」バス停下車徒歩 1 分(紫錦台中学校前)



元ちゃんハウスは、月・火・水・木・金・第1土曜日の  
11:00～16:00に開館しています。

## 3月の`ようこそ`プログラム

開館日には`相談`に加えて、`ようこそ`プログラムを行なっています。どなたでも無料（実費を除く）で参加いただけます。ちょっと元ちゃんハウスを覗いてみようという方も大歓迎です。お気軽にどうぞ!

料理教室	3/2(土)	11:00～13:00 要予約 実費500円	「治療中でも食べやすいレシピ」楽しく作って美味しく食べて。3月のメニューは「ひなまつりメニュー」。 担当 櫻井・任田（管理栄養士） 令和5年度 健康「食」サロン 金沢市委託事業
お坊さんと話そう	3/2(土)	13:00～14:00	宗派に関係なく、臨床宗教師のお坊さんと人生や生きることについて一緒に話しましょう。（布教や伝道を目的とはしていません）。 担当 出島元寿さん（臨床宗教士）
ようこそツアー	3/5(火)	11:00～14:00	元ちゃんハウスの中を見て回しましょう。どんなところなんけ?と思っている人はぜひ! 担当 元ちゃんハウススタッフ
アロママッサージ	3/5(火)	13:00～16:00	石川県産の柚子から作ったオイルのアロママッサージが体験できます。担当 川上由夏さん（アロマセラピスト）
ナイト元ちゃんハウス	3/6(水)	19:00～20:00 オンラインのみ	日中に来られない人、Zoomで覗いてみようという人はぜひ! 社会保険労務士（新道慶治さん）キャリアカウンセラー（高田康子さん）も参加します。担当 元ちゃんハウススタッフ
食と栄養	3/12(火)	13:00～14:00	管理栄養士と一緒に食について考え、食べることを楽しみましょう。栄養剤の試飲や試食もあります。担当 櫻井・任田
元ちゃん倶楽部	3/19(火)	13:00～16:00	みなさんの趣味や特技を持ち寄って、お互いに楽しみましょう。担当 元ちゃんハウススタッフ
交流会	3/26(火)	13:00～16:00 +オンライン 13:00～14:00	がん詳しい看護師や元ちゃんハウススタッフとおしゃべりして、みんなでつながりましょう。担当 元ちゃんハウススタッフ
ルーシーダットン(タイ式ヨガ)	3/26(火)	14:30～15:00	優しいポーズが特徴。無理なく、安全に、体力に自信がない方でも楽しむことができます。担当 村上美矢子さん

【予約&問い合わせ】・電話 076-232-5566  
090-5686-5566

・メール info@genchanhouse.com  
・申込フォーム <https://genchanhouse.com/evententry/>

