



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。



第1

11時



16時

・電話で予約&問い合わせ

076-232-5566

090-5686-5566

・メールで予約&問い合わせ

info@genchanhouse.com

・ホームページで予約&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。



急に気温が上がる日が増えましたね。近年春が短くなった感じがしています。

元ちゃんハウスでは引き続き今年度も石川、金沢のまちに暮らすがん患者さんや家族の皆さんが、地域の様々な場で活動に参加したり、就労したりする「社会参加」することを目的に、地域全体としてがんと共生できる金沢のまちづくりに取り組んでいます。まずは元ちゃんハウスに来ることも最初の一步だと思います。そして何がしたいか、そのためにはどうすればいいのか一緒に考えていきましょう



`ようこそ`、6月のことば

理事長 西村詠子

〒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)

独立行政法人福祉医療機構
社会福祉振興助成事業

元ちゃん ハウス

月 火 水 木 金 土
第1

11時



16時

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。

※ 6月は市祭のため第1土曜日は休館し、代わりに第2土曜日開館します。

「ようこそ」
カレッジ

6月のプログラム

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！

体メンテナンス	6/2(月)	13:00 ~ 14:00	体幹を、座ってほぐして刺激します。ボールも使ってメンテナンスします。担当 花岡修子さん（大腸がん当事者インストラクター）
アロママッサージ	6/3(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	6/4(水)	19:00 ~ 20:00 オンラインのみ	元ちゃんハウスに来られない人、元ちゃんハウスのような場を作っている人、作りたいと思っている人、交流しましょう。担当 元ちゃんハウススタッフ
個別 健康リハビリ	6/9(月)	15:00 ~ 16:00 要予約	理学療法士と一緒に、がんの患者さんのためのリハビリです。家でもできる方法を学びましょう。担当 神野俊介さん（理学療法士）
食と栄養	6/10(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（管理栄養士）
料理教室	6/14(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。6月のメニューは「夏カレーで暑さを乗り切ろう」担当 櫻井・任田（管理栄養士）
まなびの教室	6/14(土)	13:30 ~ 15:30	がんや緩和ケアに詳しい看護師が身近な疑問にお答えします。
ヨガ	6/16(月)	11:00 ~ 12:00	それぞれにあったペースで楽しむヨガです。担当 北市浩子さん（ヨガインストラクター）
元ちゃん 倶楽部	6/17(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	6/24(火)	13:00 ~ 16:00 +オンライン 13:00 ~ 14:00	がんに関する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)	6/24(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

チャリティ
ゴルフコンペ

元ちゃんハウスの活動に賛同していただける方でしたらどなたでも参加できます。
6/1(日) 11:19 スタート。（白山 CC 松風コース 4組）

【7月の予定】「アロママッサージ」7/1(火)、「ナイト元ちゃんハウス」7/2(水)、「料理教室」「お坊さんと話そう」7/5(土)、
「体メンテナンス」7/7(月)、「食と栄養」7/8(火)、「元ちゃん倶楽部」7/15(火)、「交流会」「ルーシーダットン」7/22(火)

【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/>

