



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でい
ます。直前でも構いませんのでご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&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。



今年の夏は暑かったですね。暑すぎて、野菜も実らず花も咲かずという傾
向もあったようです。NHKの連続テレビ小説「らんまん」で主人公の榎野万
太郎が言っていました。

「雑草という名の草は無い」と。必ず名前があるのです。

お花の少ない時期、道端の見落としがちな雑草や草花に目をむけるのも
いいかもしれません。例えばミントの花や、たでの花も活け方によっては素敵
な花材となります。元ちゃんハウスでは素敵に活けています。自分の足元を
ちゃんと見つめたいです。気づきって大切ですね。



`ようこそ`、11月のことば

西村詠子 理事長



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。

11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！

| | | | |
|---------------------|----------|--------------------------------------|---|
| ナイト 元ちゃんハウス | 11/1(水) | 19:00～20:00 オンラインのみ | 日中来られない人、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 |
| 料理教室 | 11/4(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。11月のメニューは「そば粉のガレット」。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 | 11/4(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 | 11/7(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 | 11/7(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） |
| 食と栄養 | 11/14(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 |
| おまかせ うんちッチ相談 | 11/16(木) | 13:30～15:00 | 「気持ちよく出す排便ケアプログラム」です。あなたのうんちッチの悩みに寄り添います。担当 榊原千秋さん（コンチネンスアドバイザー） |
| もくれんの会 | 11/18(土) | 13:00～15:00 | がんで大切な方を亡くした方が集い、語り合いながら新たな関係を作ります。担当 西村（理事長・遺族） |
| 元ちゃん 倶楽部 | 11/21(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 | 11/28(火) | 13:00～16:00 +オンライン 13:00～14:00 | がんに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) | 11/28(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 |

【12月の予定】「料理教室」「まなびの教室」12/2(土)、「元ちゃんハウス7周年！おやき作りと記念講演」12/3(日)
「ようこそツアー」「アロママッサージ」12/5(火)、「リハビリ」「ナイト元ちゃんハウス」12/6(水)
「ヨガ」「食と栄養」12/12(火)、「元ちゃん倶楽部」「交流会」12/19(火)、「おまかせうんちッチ」12/21(木)

【予約&問い合わせ】・電話 076-232-5566 ・メール info@genchanhouse.com
090-5686-5566 ・申込フォーム <https://genchanhouse.com/evententry/>

