



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。



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。



オリンピックの応援で寝不足の毎日でした。パリはサマータイム中でしたので
時差7時間。ドキドキしながらリアルでは直視できなくてニュースで結果を聞いた
り、悔し涙やうれし涙に感動してウルウルしていました。選手の方々の一生懸命
に頑張る姿に、それぞれの人生のものがたりを想像して「私も頑張ろう!」なんて
勝手に力をもらいました。

オリンピックは4年ごとです。がんであっても無くても4年後は元気で見れるの
か?と思います。生活は一日一日の積み重ねです。また4年後ドキドキして応援し
ましょう!



`ようこそ`、9月のことば

理事長 西村詠子



元ちゃん ハウス

月 火 水 木 金 土
期

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。



9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	9/2(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	9/3(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	9/4(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
料理教室	9/7(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。9月は「防災食」担当 櫻井・任田（管理栄養士）
お坊さんと 話そう	9/7(土)	13:30～14:30	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）
食と栄養	9/10(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
元ちゃん 倶楽部	9/17(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
おまかせ うんちッチ相談	9/19(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）
交流会	9/24(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)	9/24(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

【10月の予定】 「アロママッサージ」10/1(火)、「リハビリ」「ナイト元ちゃんハウス」10/2(水)、
「メンタルヘルス教室」「料理教室」「まなびの教室」10/5(土)、「体メンテナンス」10/7(月)、「ヨガ」「食と栄養」10/8(火)、
「元ちゃん倶楽部」10/15(火)、「おまかせうんちッチ相談」10/17(木)、「ヨガ」10/21(月)、
「交流会」「ルーシーダットン」10/22(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/>

