



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&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。



近年は春が短くなったと感じます。特に今年は寒い日が長引き、春が遅いなあとと思っていたら急に気温20度を超える日になったり…。日本は四季ではなくなった?三季?もしかして二季?と少し寂しく感じます。皆様も体調管理には気をつけてください。

5月はゴールデンウィークがあります。元ちゃんハウスも4月26日から5月6日まで、少し長い休館となります。どこへ行こうか?どう過ごそうか?と今から思案中です。皆様もどんなお休みを過ごしたのか、教えてくださいね。



「ようこそ、5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  
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。

「ようこそ」  
カレッジ

## 5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！

【GW休館】4/27（土）～5/6（月） ※5/7（火）より通常通り開館します。

ナイト 元ちゃんハウス	5/7（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
料理教室	5/10（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。 5月のメニューは「らくらく和定食に挑戦」 担当 櫻井・任田（管理栄養士）
お坊さんと 話そう	5/10（土）	13:30～14:30	宗派に関係なく、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（妙法寺住職）
食と栄養	5/13（火）	13:00～15:00	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）
もくれんの会	5/17（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）
ヨガ	5/19（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	5/20（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	5/27（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）	5/27（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



### 【チャリティコンペ開催のお知らせ】

6/1（日）11：19スタート。（白山CC松風コース4組）  
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月の予定】「チャリティコンペ」6/1（日）、「体メンテナンス」6/2（月）、「アロママッサージ」6/3（火）、「ナイト元ちゃんハウス」6/4（水）  
「個別健康リハビリ」6/9（月）、「食と栄養」6/10（火）、「料理教室」「まなびの教室」6/14（土）「ヨガ」6/16（月）、  
「元ちゃん倶楽部」6/17（火）、「交流会」「ルーシーダットン」6/24（火）

【予約＆問い合わせ】・電話 076-232-5566

・メール [info@genchanhouse.com](mailto:info@genchanhouse.com)

090-5686-5566

・申込フォーム <https://genchanhouse.com/evententry/>

