

2021年

# 10月の元ちゃんハウス

今年度より、すべてのプログラムは来館による**対面**の開催、または**対面+オンライン**の開催といたします。

## 開館時間（対面による相談）

**月曜日～金曜日および第1土曜日 11:00～15:00**

月曜日～木曜日：西村理事長(看護師・ピアサポーター・遺族)  
金曜日：綿谷副理事長(歯科医)

ご相談は**予約制**とさせていただきます。

電話やメールでご予約の上お越しください。

☎ 076-232-5566 / 090-5686-5566

✉ info@gmk.or.jp

**オンライン**での参加ご希望の方は[info@gmk.or.jp](mailto:info@gmk.or.jp)に

「お名前・プログラム名・お立場(患者・家族・医療者など)」をお知らせください。

当日接続していただくURLをメールいたします。

当日予約や時間外でも可能な日があります。  
まずは電話でご相談ください。

## 参加型プログラム

\* 対面・オンライン いずれのプログラムもご予約ください。

「料理教室」 「化学療法中の食事」 の場合は事前予約と実費¥500-が必要です。  
10月 2日(土) 11:00～13:00 講師：櫻井千佳さん

「まなびの教室」 「がん化学療法 最近のTopic」  
10月 2日(土) 13:00～14:00 講師：済生会金沢病院 看護師 浦嶋ひとみさん

「おしゃべり会」 がん詳しい看護師や元ちゃんハウススタッフがあなたのお話を伺います。  
10月 26日(火) 11:00～15:00  
対面 アロマの時間 11:00～15:00  
対面 タイ式ヨガルーシーダットン 14:30～15:00  
は13～14時のみ

## ナイト元ちゃんハウス

10月 6日(水) 18:00～20:00

仕事帰りや日中の来所が難しい方が相談しやすいよう、今年度は対面とZOOMの両方で開催いたします。体調や時間を気にせずご参加いただけます。

## 元ちゃん保健室

10月 19日(火) 13:30～15:00

病気があってもなくても健康や予防について気になることをお話ししましょう。

「コロナ禍と認知症」 高田 亜里さん(社会福祉士)

## おまかせうんちっ相談

10月 21日(木) 13:30～15:00

うんちのこと、おしっこのこと何でもご相談ください。  
気持ちよく出す生活の工夫をご一緒に考えましょう。  
コンチネンスアドバイザー：榊原千秋さん

## 11月の予定

11月 6日(土) 料理教室 11:00～13:00

11月 9日(火) おしゃべり会 11:00～15:00 / アロマの時間 11:00～ / タイ式ヨガ 14:30～15:00

11月 18日(木) おまかせうんちっ相談 13:30～15:00

11月 20日(土) もくれんの会 13:00～15:00