

いずれのイベントもご予約ください。オンラインご希望の場合はメールで、お名前・プログラム名・お立場(医療者・患者・家族など)をお知らせください。

**対面** **元ちゃんハウス 5周年(第11回金沢一日マギーの日)**  
2021年12月5日(日) 1年に1度、元ちゃんハウスの開設記念日に、初心に戻り、想いを語り合う日

11:00~13:00 第1部 おやきワークショップ(実費500円 先着15名 要予約)

13:00~13:30 第2部 「元ちゃんハウスを語る」元ちゃんハウススタッフによるトーク

13:30~15:30 第3部 講師：押川勝太郎先生(宮崎善仁会病院 消化器・腫瘍内科医・NPO法人 宮崎がん共同勉強会 理事長)  
講師：轟 浩美 さん(認定NPO法人 希望の会 理事長)

**対面** **もくれんの会(遺族の会)** 大切な方をがんで亡くした方でしたら、どなたでもご参加いただけます。

2021年 5月15日(土) 13:00~15:00 茶話会  
2021年 8月21日(土) 〃  
2021年 11月20日(土) 〃  
2022年 2月19日(土) 〃



**対面** **おまかせうんちツチ相談** 体操やセルフマッサージでおなかを整えたあと、コンチネンスアドバイザーの榎原千秋さんと一緒にうんちツチのことを考えましょう。

第3木曜 13:30~15:00 \*開催日は内面の年間カレンダーでご確認ください。

**対面** **元ちゃん保健室** 地域にお住まいの方々の暮らしや健康医療などの相談を看護師・歯科医師・管理栄養士などがお受けします。どなたでも自由にご参加いただけます。

第1回 2021年 6月27日(日) 14:00~15:00 「身体を動かす実技と筋トレ：徳田幸恵さん」

第2回 2021年10月19日(火) 13:30~15:00 「コロナと認知症(仮題)：高田亜里さん」

第3回 2022年 3月 5日(土) 13:30~15:00 「個別栄養相談：櫻井千佳さん」

**対面** **金沢ときどきマギーの日** いつもの元ちゃんハウスを飛び出して、いろいろな場所で、お話をお聞きます。

2022年 1月 8日(土) 11:00~「お寺でマギーin 妙法寺」(金沢市寺町4-2-6)  
講師：阿部豊寿さん(書道家) 書初め・ぜんざい・法話(参加費 500円)

\*各プログラムの日程は内面の年間カレンダーでご確認ください。

**元ちゃんハウスの活動をご支援ください**

**確定申告にて**

**税制優遇措置が受けられます!**  
税制優遇に必要な「寄附金受領証明書」を発行しますので、お振込み後、メール/FAXにて下記内容をお知らせください。

1.お名前 2.住所 3.寄附金額 4.振込日

元ちゃんハウスは、みなさまからの寄附と賛助会費・年会費収入により運営しています。活動を継続していくために、ご支援をお願いいたします。

**■ 寄附のお振込先**

・北陸銀行 口座名：トクヒ ガントムキアウカイ  
金沢駅前支店(305) 普通 6030033

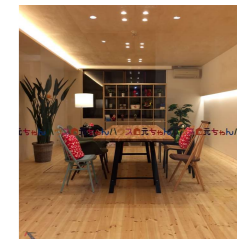
・ゆうちょ銀行 口座名：ゲンちゃんハウスウエイキキ  
【ゆうちょ銀行から】：記号番号 00700-5-42088  
【別の金融機関から】：店番 079 当座 0042088

**■ 賛助会員(個人・団体)については、ホームページから入会申込み手続きができます。お電話でもお受けできます。**

～がん患者の居場所～認定NPO法人 がんとむきあう会

**元ちゃんハウス**

元ちゃんハウスはがんに影響を受ける方がだれでも無料で利用できる場です。医療者やピアサポーターがお話をお聞きしたり相談に乗ったり、色々なプログラムを受けることもできます。元ちゃんハウスの空間はあなたのところにそと働きかけ、いつものあなたらしさを取り戻すお手伝いをします。コロナ感染の状況により変更になることがあります。



すべてのプログラムは予約制となり、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**  
月～金曜日 11:00～15:00  
第1土曜日

\*開館日は内面の年間カレンダーでご確認ください。

ご相談は**予約制**とさせていただきます。電話やメールでお申込みください。  
☎ 076-232-5566 / 090-5686-5566  
✉ [info@gmk.or.jp](mailto:info@gmk.or.jp)  
オンラインご希望の方は、メールでお名前・プログラム名・お立場(医療者・患者・家族など)をお知らせください。折り返し、当日接続していただくURLを返信いたします。

担当スタッフ	月	火	水	木	金
看護師	看護師	看護師	看護師	看護師	歯科医
*変更になることがあります	看護師	管理栄養士	ピアサポーター	看護師	看護師

**対面** **偶数月の第1水曜日『ナイト元ちゃんハウス』 18:00～20:00**  
お仕事帰りや日中來られない方にご利用いただけます。対面とZOOMの両方で開催いたします。キャリアカウンセラー、社会労務士とつながることもでき、障害年金や保険のことも気軽に相談できます。  
担当：高田康子(キャリアカウンセラー)・新道慶治(新道社会保険労務士行政書士事務所)

**対面** **参加型プログラム** 対面の場合もご予約ください。オンラインご希望の方は、メールでお名前・プログラム名・お立場(医療者、患者、家族など)をお知らせください。

第1土曜日11:00～13:00 **料理教室** (金沢市委託事業) 美味しくしたい食事。そのちょっとしたコツを学んでいきます。管理栄養士・フードスペシャリスト **対面** は実費(500円)が必要です。

偶数月の第1土曜日13:00～14:00 **まなびの教室** 生活に役立つ知識を専門家を講師に招き解説していきます。

第4火曜日11:00～15:00 **おしゃべり会** **対面** は13～14時のみ がんに関する詳しい看護師や、元ちゃんハウススタッフがあなたの話を伺います。金沢大学附属病院・金沢医療センターの担当看護師

第4火曜日11:00～15:00 **アロマの時間** アロマハンドセラピーでリラックスしたり、自分に合った香りを見つけられます。担当：川上由夏(EarthRing)

第4火曜日14:30～15:00 **タイ式ヨガ・ルーシーダットン** 体力に自信がない方でも自宅で安全に楽しむことができます。担当：村上美矢子

**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  
TEL:076-232-5566 FAX:076-254-1248 Mail: [info@gmk.or.jp](mailto:info@gmk.or.jp)  
Homepage: <https://gmk.or.jp> Facebook: <https://www.facebook.com/gmk20>

**公共交通機関**  
金沢駅から小立野経由：北陸鉄道バスで約20分  
「石引町」バス下車徒歩1分(紫錦台中学校前)

**駐車場**  
午後から金沢医療センターと金沢大学附属病院のご厚意で駐車場をご利用いただけます。徒歩3分のところに石川県石引駐車場があります。体調に不安のある方は電話でご相談ください。

