

2020年 3月 月間カレンダー



日	月	火	水	木	金	土
1	2 看護師 看護師	3 看護師 管理栄養士	4 看護師 ピアサポーター	5 看護師 看護師	6 歯科医 看護師	7 料多
8	9 看護師 看護師	10 多	11 看護師 ピアサポーター	12 看護師 看護師	13 歯科医 看護師	14
15	16 看護師 看護師	17 保 看護師 管理栄養士	18 看護師 ピアサポーター	19 看護師 看護師	20 春分の日	21 も
22	23 歯科医 看護師	24 多	25 うんちッチ相談 看護師 ピアサポーター	26 看護師 看護師	27 歯科医 看護師	28
29	30 看護師 看護師	31 看護師 管理栄養士				

【3月の活動予定】 *スタッフは変更になることがあります。 【金沢マギープログラム】

「金沢マギー」は広くがんに精通した友人のような専門職があなたの気持ちにしっかりと寄り添い、実用的、心理的、社会的なサポートを手助けします。予約不要・無料でご利用いただけます。

…「金沢マギー」開催日（11時～15時）

…「多職種のメンバーによる総合的な相談・支援」がんに詳しい看護師、看護師、歯科医、社労士、管理栄養士などの多職種とボランティアスタッフ、ピアサポーター、アロマセラピストがいます。（がんに詳しい看護師・社労士は13時から滞在）

- 3/7 乳がん看護認定看護師が13時から滞在
- 3/10 がん看護専門看護師が13時から滞在
- 3/24 緩和ケア認定看護師が13時から滞在
- 3/24 ルーシー・ダットン（タイ式ヨガ）体験 13時から滞在

…「料理教室」美味しくしたい食事。そのちょっとしたコツを管理栄養士・フードスペシャリストから学びます。今月のメニューは「ちらし寿司」です。3/7(土) 11時～13時。要予約・実費500円

…「もくれんの会（遺族の会）」は、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つくります。今回は茶話会です。3/21(土) 13時～15時 元ちゃんハウス 3階

元ちゃん保健室 3/17(火) 13時～15時

地域にお住まいの方々の暮らしや健康医療などの相談など。講演：「全身の健康は歯の健康から」綿谷修一さん

うんちッチ相談 3/25(水) 13時30分～15時
うんちとおしっこのご相談。講師：榊原千秋さん



【来月の予定】

- 4/1 ナイト元ちゃんハウス
- 4/4 料理教室・まなびの教室
- 4/22 うんちッチ相談

2020年
月間通信

～がん患者の居場所～ 認定NPO法人 がんとむきあう会

1月の元ちゃんハウス

【元ちゃんハウスでの出来事をお伝えします】

【金沢マギー】

12月に水引で作ったお正月用のお箸袋が大好評だったので、14日は携帯ストラップの作り方を教わりました。色の組合せ方にも個性が出るのでしょうか、おしゃれなストラップがつぎつぎ出来上がり、楽しくて時間を忘れてしまいました。多種プログラムの日はスタッフも大勢揃ってにぎやかです。28日は予約の要らないルーシーダットン(タイ式ヨガ)の日。“どすこいポーズ”にみんなで大笑いしました。

この日初めて相談に来られた患者さんは、在宅医、金大の緩和認定看護師らと今後についてゆっくり話してもらおうことができました。該当する患者会にも連絡をとり、“専門の方と色々話せてよかった”と喜んでいただきました。



【もくれんの会】

18日、3回目の遺族会は、8名の参加者で茶話会を開催しました。それぞれ持ち寄った思いに寄り添い、励ましあうことで少し肩の力もぬけたようです。「辛いのは自分一人じゃないんだ」「他ではこんなことは言えない、言える場所があって良かった」という声が聞かれました。次回は3月21日に開催予定です。

【スイーツ教室】

1月26日、金沢赤十字病院でスイーツ教室を開催しました。患者会クロスピンク、元ちゃんハウス、洋菓子店「ふらん・どーる」の共催で20名が参加しました。患者だって楽しいことをやり、美味しいものを食べたいのです。今年は苺がたっぷり入ったミルクレープを作りました。出来映えはイマイチでも、お味は太鼓判。持ち帰りもでき、家族にも喜んで貰いました。



【お寺deマギー】 in妙法寺

書道家阿部豊寿さんによる今年の揮毫は「絆-今を生きる」でした。患者さんも思いを込めた書初めで、今年一年の平穏を祈願しました。スタッフが炊いた小豆でこしらえた美味しいぜんざいを頂き、身も心も温まりました。



【うんチッチ相談】

今月から、誰にも聞けなかった“おしっこうんちの話”を相談できるコーナー「うんチッチ相談」がはじまりました。コンチネンスアドバイザー・保健学博士の榊原千秋さんが悩みを聞いてくれました。セルフで出来る、玄米ホットパックやお腹のマッサージも体験しました。



がんとむきあう会

元ちゃんハウス

Homepage : <https://gmk.or.jp>

Facebook : <https://www.facebook.com/gmk20>

〒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 / Fax: 076-232-5566 / Mail: info@gmk.or.jp

アクセス：北陸鉄道バス停「石引町」下車 徒歩1分（紫錦台中学校前）

駐車場：午後からは、金沢医療センター、金沢大学附属病院の減額・免除有り。有料駐車場石川県石引駐車場徒歩3分



Supported by
日本財団
THE NIPPON
FOUNDATION

金沢大学
附属病院