

今月のプログラム

<p><b>薬剤師さんと仲良くなる！</b> 『健康食品との付き合い方』 8日(月) 14:00~16:00</p> <p><b>医療</b></p> <p>薬剤師さんと一緒に楽しく学ぶ時間です。 <b>今月は特別企画!</b> 大阪大学統合医療学専任講座から先生をお招きして、健康食品など様々な情報との付き合い方を教えていただきます。</p> <p>医 大野智 薬 橋本秀子</p>	<p><b>がんと暮らしのカフェタイム</b> 『高齢者施設あれこれ』 10日(水) 14:00~16:00</p> <p><b>ひとり暮らし</b></p> <p>老人ホーム、グループホーム、老健…etc. 高齢者向けの施設はいろいろあれど、違いがよくわからない…ひとり暮らしの方も、備えたい方もどちらもどうぞ! ※個別に相談のある方は事前にお問い合わせ下さい。</p> <p>Sw 社 印</p>	<p><b>カラーレクリエーション</b> 11日(木) 14:00~16:00</p> <p><b>気分転換</b></p> <p>塗り絵を楽しみながら「色」と自分についてお話しませんか? ボランティアさんがお待ちしています。 塗り絵を楽しむもよし、カラー心理のお話しもよし。です!</p>	<p><b>リハビリでフィットネス</b> 12日(金) 14:00~16:00</p> <p><b>要申込 先着順 体力</b> 10名</p> <p>体力が低下して、気持ちが沈んだり生活に支障のある方。体力回復に向けて実際に身体を動かします。 動きやすい服装でお越し下さい。</p> <p>理 理学療法士：小田拓見</p>
<p><b>金沢城リレーマラソン</b> 14日(日) 11:00~13:00</p> <p><b>気分転換 仲間</b></p> <p>先月募集したランナー11名と一緒に応援しませんか? 来年は走ってみたいというかたもぜひ今年一度応援を。 詳細ははなうめまでお問い合わせ下さい。</p>	<p><b>手芸部</b> 17日(水) 9:00~12:00</p> <p><b>気分転換</b></p> <p>手芸をしながらおしゃべりしませんか? ご自分が日頃されている作業を持ってきてくださっても結構です。</p>	<p><b>ヨーガ教室</b> 18(木) 14:00~16:00</p> <p><b>気分転換 体力</b></p> <p>椅子に座って、呼吸法中心に行います。五感を意識して気持ちの切り替えにも! ※今月はお天気が良ければ外で行います。 14:00 にはなうめに集合してください。</p> <p>ヨーガ療法士：河崎幾恵</p>	<p><b>患者タイム</b> 19日(金) 14:00~16:00</p> <p><b>患者さん 仲間</b></p> <p>患者さん・ご家族・ご遺族といった体験者だけで語り合う時間です。 ピアサポーターさんがお話しを伺います。</p>
<p><b>東洋医学を使おう!</b> 『漢方医はこう診る!』 20日(土) 10:00~12:00</p> <p><b>医療 セルフケア</b></p> <p>東洋医学の視点から体調を整えるヒントをもらいましょう。 漢方医が実際にどんな風に心身の状態を診ているのか!?というお話しです。</p> <p>医 漢方医：小川真生</p>	<p><b>小児がん経験者・家族の会 くるみカフェ</b> 20日(土) 14:00~16:00</p> <p><b>仲間</b></p> <p>小児がんを経験された方やご家族同士が自由に語り合う時間です。</p>	<p><b>アロマの時間</b> 『ルームリフレッシュナー』 25日(木) 14:00~16:00</p> <p><b>要申込 参加費 セルフケア</b> 22日(月)まで 1,000円</p> <p>ONとOFFの気持ちの切り替えに、お気に入りの精油を垂らしたスプレーはいかがですか? アロマの知恵を生活に生かしましょう!</p> <p>JAA 認定インストラクター： 小林美樹</p>	<p><b>リハビリを使おう!</b> 『腰の動き』 26日(金) 14:00~16:00</p> <p><b>体力 機能</b></p> <p>姿勢を整えながら身体の動きを取り戻しましょう。 まずは必要な知識から。 腰、肩、腕、膝と毎月順番に関節の動きをみてゆきましょう。</p> <p>理 理学療法士：守山成則</p>
<p><b>バス旅行</b> 28日(日) 終日</p> <p><b>気分転換 要申込 参加費</b> 3,000円</p> <p>白山麓方面へ出かけます。 一般のバス旅行は自信がないけど、同じような体験をした人となら行ってみようかな?という方。詳細ははなうめまでお問い合わせ下さい。</p>	<p><b>Dr 龍澤喫茶</b> ～はなうめ男学(おとこがく)～ 30日(火) 14:00~16:00</p> <p><b>男性限定 仲間</b></p> <p>龍澤所長がマスターとなっておいしいコーヒーを淹れます。男性患者さん・ご家族・ご遺族ほか専門職にも参加していただいています。</p> <p>医 龍澤泰彦</p>	<p><b>ネイルボランティア</b> 31日(水) 14:00~16:00</p> <p><b>気分転換 要申込 セルフケア</b></p> <p>ネイリストさんによるネイルケアです。 自分でできるケアも教えていただけますので、お困りの方はぜひお申し込みください。</p>	

今月のスケジュール

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3 おやすみ	4 おやすみ	5 おやすみ	6 おやすみ
7 おやすみ	8 [14:00] 薬剤師さんと仲良くなる!	9	10 [14:00] がんと暮らしのカフェタイム ～ひとり暮らし応援プログラム～	11 [14:00] カラーレクリエーション	12 [14:00] リハビリでフィットネス	13 おやすみ
14 金沢城リレーマラソン	15	16	17 [9:00] 手芸部	18 [14:00] ヨーガ教室	19 [14:00] 患者タイム	20 [10:00] 東洋医学を使おう! その1 [14:00] 小児がんくるみカフェ
21 おやすみ	22	23	24	25 [14:00] アロマの時間	26 [14:00] リハビリを使おう!	27 おやすみ
28 バス旅行	29	30 [14:00] 男学(おとこがく)	31 [14:00] ネイルボランティア	 <b>ご注意</b> 今月は第1土曜日はお休みです。 患者タイム、ヨーガ教室、手芸部は1回だけ開催します。 カラーレクリエーション、男学はいつもと開催週が変わります。		

看護師が常駐していますが次の専門職も来所します。

- 医 医師
- 薬 薬剤師
- 栄 管理栄養士
- 理 理学療法士
- Sw 医療ソーシャルワーカー
- 社 社会保険労務士
- FP ファイナンシャルプランナー



新緑の五月 はなうめの窓からの景色もやわらかい緑いっぱいです。  
はなうめの周りは、古木 大木が多く、どっしりとした木々の生命力を感じます。  
そんな場所で、人々が会い 一緒に過ごすうちに仲良くなっていく。  
やがて なくてはならない仲間になって はなうめの外へも交流が広がる。  
そうして それぞれのペースで少しずつ少しずつ 元気になっていける。  
そんな光景に時々出会うことがあります。  
「ああ いいもんだなあ」と。  
それは 見ているこちらもうれしくなる時です。  
はなうめならではの、思わぬよろこびがあります。

ピアサポーター高畠