

今月のプログラム

カラーレクレーション 1日(木) 14:00~16:00 気分転換 塗り絵を楽しみながら「色」と自分についてお話ししませんか?ボランティアさんがお待ちしています。	患者タイム 2日・16日(金) 14:00~16:00 患者・家族 集定 仲間 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。	青年部 3(土) 10:00~12:00 要申込 仲間 前日まで 20~30代の患者さん限定の時間です。仕事・友達・楽しみ・恋バナなどなど、なかなか出会わない同年代同士で話しませんか?	壮年部 3(土) 14:00~16:00 要申込 仲間 前日まで 40~50代の患者さん限定の時間です。同じ世代同士で悩みや工夫を話し合いましょう。
手芸部 7日・21日(水) 9:00~12:00 気分転換 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。	ヨーガ教室 7日(水)・15日(木) 14:00~16:00 気分転換 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! ヨーガ療法士: 河崎幾恵	リハビリでフィットネス 9日(金) 14:00~16:00 要申込 先着順 体力 8名 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。 理学療法士: 小田拓見	薬剤師さんと仲良くなろう! 『薬局見学ツアー』 12日(月) 14:00~16:00 要申込 先着順 医療 10名 開局薬局ってどんなことするの?意外と知らない薬剤師さんの仕事。薬局に足を運んで薬剤師さんのお仕事を知りましょう。見学先や集合場所などはお申し込み時にお伝えします。 橋本秀子
がんと暮らしのカフェタイム 『主治医→職場へ情報の伝え方』 14日(水) 14:00~16:00 社会復帰 社会復帰応援プログラム第2弾!情報を上手に伝えて、スムーズに社会復帰するコツを学びましょう。 担当: 医療ソーシャルワーカー 久村	Dr.龍澤教室 『こんな風に血液データをみています!』 20日(火) 14:00~16:00 医療 医師がどんな風に判断しているのか?というシリーズです。今回は、昨年も好評だった血液データに関するお話です。 医師: 龍澤泰彦	アロマの時間 22日(木) 14:00~16:00 要申込 参加費 セルフケア 19日(月)まで 1,000円 今回は、初夏の備え!虫よけグッズ。虫刺されが気になる季節に備えて作ります。アロマの知恵を生活に生かす方法を学びましょう。 JAA認定インストラクター: 小林美樹	はなうめウォーキング 27日(火) 14:00~16:00 気分転換 季節 体力 今回のウォーキングは、紫錦台中学敷地内にある『暮らしの博物館』へ行きます。入館料300円を持って、14時までにははなうめに集合してください。
実になる食事 28日(水) 11:00~13:00 要申込 参加費 体力 26日(月)まで 500円 体力回復のために、必要な栄養を取りつつ、おいしく簡単に続けられることって?? 体力回復に向けて、食事を作って&食べて&学びましょう。今回は、カレーライスです。 管理栄養士: 小川医院栄養ケアセンター	リハビリをしよう! 『肩~腕の動き』 30日(金) 14:00~16:00 体力 機能 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。 理学療法士: 守山成則	Dr.龍澤喫茶 ~はなうめ男学(おとこがく)~ 30日(金) 19:00~21:00 男性限定 仲間 男性患者さんやご家族、ご遺族、専門職にもご参加いただいている男性限定の会です。	

今月のスケジュール

日	月	火	水	木	金	土
ご注意 今月は第3土曜日はお休みです。 小梅・くるみカフェは今月はお休みになります。 ※リハビリをしよう!、男学はいつもと開催週が変わります。				1 [14:00] カラーレクレーション	2 [14:00] 患者タイム	3 [10:00]青年部 [14:00]壮年部
4 おやすみ	5 薬	6 医	7 [9:00] 手芸部 [14:00] ヨーガ教室	8	9 [14:00] リハビリでフィットネス	10 おやすみ
11 おやすみ	12 [14:00] 薬剤師さんと仲良くなろう! 薬	13	14 [14:00] がんと暮らしのカフェタイム~社会復帰応援プログラム~ Sw 社 FP	15 [14:00] ヨーガ教室	16 [14:00] 患者タイム	17 おやすみ
18 おやすみ	19	20 [14:00] Dr.龍澤教室	21 [9:00] 手芸部	22 [14:00] アロマの時間	23	24 おやすみ
25 おやすみ	26 薬	27 [14:00] はなうめウォーキング	28 [11:00] 実になる食事 薬 [午後] Sw	29	30 [14:00] リハビリをしよう!※ [19:00] 男学※ 理 医	

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
- 管 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



雨にあじさいの花が美しく映える季節となりました。金沢はこの季節、市祭があります。その前夜、子ども達はちょうちん行列、大人は踊り流し等市民参加のイベントが目白押し。「リハビリのつもりで踊り流しに参加するのよ」と嬉しそうに話して下さった方も…好きな事を続けるって素敵ですね。はなうめでも手仕事が好きの方々が月2回集まっての手芸部の活動があります。みなさんも好きな事を見つけてみませんか?

ピアサポーター田谷

