

# リボンスハウス プログラム

リボンスハウスでは、がん患者さんの「治療と生活」をつなぐための様々な活動を行っています。どなたでもお気軽にご利用ください。

2019年2月

2019年3月

## リラックスヨガ

ヨガの呼吸法には、心と身体をリラックスされる効果があるとされています。参加者はそれぞれのペースで取り組んでいただけます。初めての方でもヨガインストラクターが教えてくださいますのでご安心ください。



## ロザフィ

ロザフィは、2008年に日本で生まれた『紙』でつくるバラのアクセサリです。専用のバーを使って、細長い紙をくるくる巻いてバラの形を作りアクセサリに仕上げます。



1(金)

メイク相談会

11:00~12:00

リラックスヨガ

14:00~15:00

## 手作りパッド

\*ご自分の胸の大きさに合わせて、簡単に作成できます。  
\*洗濯が出来て、すぐに乾きます。  
\*中身に樹脂ビーズを使うので、重みもあります。  
\*ガーゼ、タオルが汗を吸い取ります。  
\*術後間もない方から、再建ご予約の方にも最適です。



## なごみサロン

楽しくおしゃべりしながら、ぬり絵をしませんか？

毎月 第3水曜日  
13:30~15:00



1(金)

メイク相談会

11:00~12:00

乳がん勉強会

13:30~15:00

4(月) 頭皮ケア相談 ウィッグ試着会 マリブ 11:00~12:00	5(火) ウィッグ試着会 ヘアクォーレ 11:00~12:00 はじめての アロマ アロマって何? 13:30~14:30	6(水)	7(木) 頭皮ケア相談 ウィッグ試着会 アデランス 11:00~12:00	8(金) ロザフィ教室 13:30~14:30
11(月) 建国記念の日	12(火) 頭皮ケア相談 ウィッグ試着会 ふくりび 11:00~12:00 隣がん教室 薬剤師 14:00~15:00	13(水) 頭皮ケア相談 ウィッグ試着会 フォンテーヌ 11:00~12:00 タッピングタッチ 14:00~15:30	14(木) 相談会 がん看護 専門看護師 10:30~12:00 婦人科がんサロン 14:00~15:30	15(金)
18(月) 相談会 がん化学療法看護 認定看護師 9:30~10:30	19(火)	20(水) 人工乳房・下着 相談会 池山メディカル 10:00~12:00 なごみサロン 13:30~15:00	21(木) 頭皮ケア相談 ウィッグ試着会 スヴェンソン 11:00~12:00 手作りパッド 13:30~15:00	22(金) 頭皮ケア相談 ウィッグ試着会 スヴェンソン 11:00~12:00
25(月)	26(火) 隣がん教室 管理栄養士 14:00~15:00	27(水) 相談会 がん化学療法看護 認定看護師 14:30~15:30	28(木) 頭皮ケア相談 ウィッグ試着会 アートネイチャー 11:00~12:00 アロマ教室 ハントリートメント 13:30~15:30	29(金)

4(月) 頭皮ケア相談 ウィッグ試着会 マリブ 11:00~12:00	5(火) ウィッグ試着会 ヘアクォーレ 11:00~12:00 はじめての アロマ アロマって何? 13:30~14:30	6(水)	7(木) 頭皮ケア相談 ウィッグ試着会 アデランス 11:00~12:00	8(金)
11(月) 相談会 がん化学療法看護 認定看護師 9:30~10:30 リラックスヨガ 14:00~15:00	12(火) 頭皮ケア相談 ウィッグ試着会 ふくりび 11:00~12:00 隣がん教室 MSW 14:00~15:00	13(水) 頭皮ケア相談 ウィッグ試着会 フォンテーヌ 11:00~12:00 タッピングタッチ 14:00~15:30	14(木) 相談会 がん看護 専門看護師 10:30~12:00	15(金)
18(月)	19(火)	20(水) なごみサロン 13:30~15:00	21(木) 春分の日	22(金) 頭皮ケア相談 ウィッグ試着会 スヴェンソン 11:00~12:00
25(月)	26(火) 隣がん教室 臨床心理士 茶話会 14:00~15:30	27(水) 相談会 がん化学療法看護 認定看護師 14:30~15:30	28(木) 頭皮ケア相談 ウィッグ試着会 アートネイチャー 11:00~12:00 アロマ教室 セルフリートメント 13:30~15:30	29(金)

## 両立支援促進員相談会

2月28日(木) 13:00~15:00  
3月28日(木) 13:00~15:00

三重県産業保健総合支援センターの『両立支援促進員』が、治療と仕事の両立をサポートします。事業者との間の調節支援も行います。

## 相談会について

薬剤師・管理栄養士・医療ソーシャルワーカーによる相談会が各個別でのご予約となりました。

ご相談のある方は、その都度対応致しますのでお気軽にリボンスハウスまでご連絡ください。

## タッピングタッチ

2月13日(水)・3月13日(水)

~効果~  
・不安や緊張が減り、リラックスする。  
・体の緊張がほぐれて、疲れや痛み等が軽減する。  
・「楽しい」「心地よい」「気が楽になる」等の肯定感情が高まる。



## アロマ

アロマは植物の花びら、葉、根、果肉、種子、樹皮など様々な部分より抽出された天然の芳香物質です。香りで、心身のバランスを整えてみませんか？



リボンスハウスのプログラムやその他様々な情報は、ホームページにも掲載致しております。ぜひご覧下さい！

リボンスハウス QRコード



## 社会保険労務士による相談会

2月18日(月) 13:00~16:00  
3月18日(月) 13:00~16:00

傷病手当金・障害年金など、社会保険制度についてご相談いただけます。



## 就労相談会

第4火曜日の相談会は、第4水曜日に変更になりました！

2月 14日(木) 13:00~15:00 3月 14日(木) 13:00~15:00  
18日(月) 13:00~16:00 18日(月) 13:00~16:00  
27日(水) 13:00~15:00 27日(水) 13:00~15:00

ハローワーク津の就労支援ナビゲーターが相談・就労支援を致します！

相談会・プログラムに参加希望の方は、お気軽にお申込みください。プログラムは変更または中止の場合がございますが、ご了承ください。(プログラムは定員になり次第、申込受付を終了させていただきます)

《お問合せ・お申込みはお電話で！》

☎059-231-5771(内線:5132)

リボンスハウスまで 月曜~金曜 9:00~16:00

がんセンター がん相談支援部門

