



《自主事業》

——住民参加型の支え合い助け合い活動——

ファミリーサポートホームヘルプ

ほっとあいの家

おしゃべりサロンほっとあい

ほっとあい夢ステーション

今年も「困った時はお互いさま」の気持ちを大切に、手をつなぎあい、皆さんと力を合わせて、安心して住むことができる町づくりに協力してまいります。(渡邊典子)

笑顔・感謝の心を大切に
して、皆さんと楽しく活動
したいと思っています。

渡邊典子

新しい料理作り
に挑戦します。

佐藤志津子

一日一日を大切に。笑顔で
過ごしていきましょう。今
年はマラソンに挑戦!!

佐藤まゆ美

ボランティア、卓球に頑
張りすぎずに毎日を楽し
しく過ごしていきたい
と思います。

横須賀貴美子

よく食べ、飲み、運動して
筋力を鍛え、皆さんと一
緒に頑張ります。

渡邊宗郎

健康に気をつけて
皆様と楽しく頑張り
たいと思います。

岩間輝子

一年間頑張れる
体力作りを!!

佐藤仁

生活習慣病予防(減塩、糖質
対策)を主に食生活改善につ
とめ、健康長寿な人づくりに
進めて行きます。

半沢静子

今年の抱負

支えられたり、支えたり二度と
ない人生を皆んな笑顔親切に

笑顔で楽しく参加さ
せてもらいます。

大久保圭子

大切なひとときを、今年
も元気に笑顔と一緒に過
ごして行きましょう。

板橋恵美

「いつもありがとう」の
言葉を力に今年も健康
に留意して活動を続
けていきます。

佐藤みち子

寒さの中頑張って
ウォーキングを続け
たいと思います。

深町保子

健康に気をつけて
頑張ります。

高橋勝子

山登りの素晴らしさにふれ
健康が大事だと強く思い、今
年もトレッキングに挑戦
したいと思っています。

斎亮子

健康第一です。利用者さん
に喜んでもらえるようお手
伝いしたいと思います。

高橋貞子

昨年は足が痛く歩くのが大変な
一年で老化に向かっているのが少し
づつ認識された年でした。今年
は筋肉をしっかりつけ少しでも
皆様と一緒に楽しく過ごせる
よう気をつけて頑張りたい
と思います。

杉山宏子

ほっとあいとつながった皆さんからたくさんの声をいただいています。「あなたの顔を見るとほっとするのよね～。あったかいんだね～」「困った時は助けてもらえると思うと安心です」みなさんと心が一つになる瞬間は、私達の大きな力になっています。今回はファミリーサポートホームヘルプ活動から御紹介致します。(佐藤まゆ美)



窓がきれいになって
うれしいわ



二人で協力して
きれいにします



外出支援
「よろしくお願ひします」



安心して外出できます

