



《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

「困った時はお互いさま」の助け合い効果

誰かの役に立つ喜びは、脳内ホルモンを活発にし、介護予防や認知証の予防に効果があることが研究結果から明らかになりました。

また、新たな出会いや仲間づくりにもつながり、生きがいをもって活動的な生活を継続する原動力にもなります。元気な方だけに役割があるわけではありません。どのような状況の方にも役割があります。見つけてみましょう。そしてそれが認め合えたら幸せですね。



アップルハーモニー
～コーラスや日舞・ピアノ演奏～

**ボランティア
さん紹介**

ビューティーケアきらりさん
～ハンドマッサージとお話し～

**健康マージャンクラブ
の皆さん**
～マージャン～

オカリナの武山さん
～オカリナ演奏・合唱・話題提供～

岩間さん・半沢さん・勝子さん
～いつも笑顔でよりそい、
いつでもお助けボランティア～

ダンディ渡辺さん
～ギターと一緒に唄おう～

安藤社中の及川さん、遠藤さん
～お茶会～