



軽費老人ホーム  
ケアハウス

# ハーモニーあいづ

ハーモニーあいづ今月の一言

令和6年6月1日発行

「やってみたいと思ったことは

2024年 第6号

年齢等は気にせずに、チャレンジしましょう！」



## こらんしょ茶話会



今年度の地域交流会「こらんしょ茶話会」が5月22日にスタートしました。今年度はハーモニーあいづで開催します。5月は若松地域第5包括センターでの介護予防運動です。「普段の生活に筋力トレーニングを取り入れよう！」の講話あり、体操や脳のトレ（脳の運動）を行いました。その後は、皆さんでお茶の時間で談笑、楽しい時間でした。今回は地域の方、ケアハウス、松長のお客様の合計で28名の方に参加していただきました。来月は「コパンにでかけよう！」です。お楽しみに！！



発行所

社会福祉法人 心愛会 ハーモニーあいづ  
〒965-0001  
福島県会津若松市一箕町松長五丁目 11 番地 31  
TEL 0242 (32) 0041  
FAX 0242 (32) 0051



心愛会通信

「ハーモニーあいづ」の  
ブログです。  
ぜひご覧ください♡



## ぐるっと散歩(散歩しながらの地域のゴミ拾い)



近所の道路をきれいにと散歩とゴミ拾いに行きました。風の強い日でしたが、「暑くなくて散歩にはいいね」と話していました。地域がきれいになると、気持ちがいいですね(^\_^)



## 野菜を美味しく食べよう!

食材の下処理を皆さんに手伝って頂きました。「こういうのやるのはいつでも手伝うよ!」と多くのお客様が来て下さり、あっという間に終わりました♪ 夕食の1品で美味しく食べました♡またお手伝いお願いします!



## 松長小学校松長地区合同運動会



地区の合同運動会は天気にも恵まれ、歩いて行ってきました。宝拾いに参加し、景品ゲット!です。子供たちの綱引きや走っている姿を応援してきました。力が入ります。



## 救命救急訓練!



職員全員が救命救急講習を受講しました。消防署の方にも来ていただき、救命についての説明、心肺蘇生、止血法、気道異物除去法、熱中症の応急手当を真剣に学びました。

