

うちのスタッフ  
うちスタ

大好きなダンス★

ベリーダンスは、8年前から始めました。身体の力を緩めるのでストレス解消になります。施設での夕涼み会でも披露させていただき、会場を盛り上げました!! 2年前からは、社交ダンスとフォークダンスも始め、1週間に4日は踊っています。ダンスを通して周りの方に希望や元気を少しでもお届けできたら幸いです。(窪添佐恵子さん)

華麗な舞♪



いい汗流してきました!!

3月12日に健康マラソンに参加してきました。春野運動競技上をスタートし、花街道、高知競馬場を通り運動競技場に戻ってくる全長14kmを走りぬけました!!この日は良いお天気で、いい汗を流しゴールした際には、何とも言えない爽快感を味わうことができました。沿道で応援してくれた皆さん、ありがとうございました。来年は龍馬マラソンに挑戦しようかな(^^;)

寄附のお礼

- 四国地区 青森りんごの会高知支部 様より (青森りんご)
- 高知クリーン推進会 様より (トイレトペーパー)
- 花や 様より (お花)

大切に使用させていただきます。ありがとうございました。



社会福祉法人

ザ・ハート・クラブ

〒780-8061 高知市朝倉甲64番地1  
TEL: 088-840-7100(代) / FAX: 088-840-7480(代)  
URL: <http://www.thc.or.jp> / E-mail: [info@thc.or.jp](mailto:info@thc.or.jp)

事業所一覧

- ・特別養護老人ホーム スウィート・ハート・ホーム
- ・デイサービスセンター サムフォット
- ・居宅介護支援事業所 ポム
- ・小規模多機能型居宅介護事業所 サイト
- ・デイサービスセンター サイト
- ・ショートステイセンター サイト



ザ・ハート・クラブ

季刊広報誌



春が来ました!  
新年度もよろしくお祈りします



桜が見頃じゃの〜!!

記事ご紹介

- ・各事業所の行事等の報告
- ・医務室より「腰痛について」 / 栄養課より / おすすめメニュー「カツオのパン粉焼き」
- ・お知らせ / スポットライト / 研修報告
- ・うちスタ / 寄付のお礼







