

近隣の助け合いで 安心して住める まちづくり ～たすけあい活動のご紹介編～

今市地区社会福祉協議会
会長 高 瀬 政 夫
事務局 今市コミュニティセンター内
TEL 21-5318 FAX 24-1706

季節も変わり、お盆が近づいてきましたね。毎年お盆はどういうふうにお過ごしですか？
いつもと違う、あわただしくにぎやかな日々をお迎えの予定ですか？
アレがしたい！コレもしたい！とお考えの方。少しでも参考になればと思います。

こんな困りごとはありませんか？

(掃除)



☆日常的な家事（掃除・電球交換・窓ふき）ができなくなってきた・・・

(草取り・古紙)



☆腰が痛くて、草取りがづらい・・・
☆ゴミ出しや古紙回収が重くてづらい・・・
☆話し相手がいない・・・

(買物)



☆免許の返納などで食料品の買い物が大変・・・
☆スーパーやコンビニが近くにない・・・

(食事)



☆食事作りが大変
☆栄養面が心配

(子育て)



☆妊娠中で時々家事を手伝ってほしい・・・
☆家事の間、小さい子供の遊び相手をしてほしい・・・
☆美容院や歯医者に行きたいので託児をお願いしたい・・・

困ったときは
「たすけあい活動」に
一度、ご相談ください

「困ったときはおたがいさま」の気持ちで、掃除や買い物などちょっとした困りごとを抱えた人に、地域住民の協力者が有償で援助する互助活動があります。

◎出雲市社協 たすけあいボランティア

◎出雲医療生協 有償ボランティア 虹

◎おたがいさまいずも

詳細は裏面を♪

☆上記のほか、暮らしに役立つサービス団体の情報をホームページに掲載しています☆

詳しくは HP をご覧ください

<http://tegonavi.com/>



活動内容の一例

※団体によって異なります



◎家事手伝い：：掃除、窓ふき・網戸掃除、買い物代行、衣類の洗濯・整理、障子の張替え、家具の移動、食事作り・炊事の手伝いなど

◎見守り・付添い：：見守り、話し相手、買い物・病院の付き添い、託児など

◎家の周辺・庭の手入れ：：草取り、木の枝切、花の水やりなど

◎住まいの簡単な補修：：こたつなどの季節品の入替、戸の立てつけや簡単な大工作業など

【たすけあい活動団体】

①出雲市社会福祉協議会 たすけあいボランティア

(会員同士のコミュニケーションを大切に活動しています!!)

《料 金》 1時間 700円 年会費1000円

《問合せ》 出雲市今市町543 出雲市社会福祉センター内

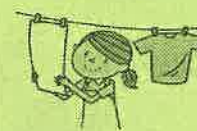
☎ 0853-23-3781

月～金 8:30～17:15 (年末年始は休み)



ボランティア
募集中!

※協力会員年会費
年間 500 円
かかります



②出雲医療生協 有償ボランティア「虹」

(生協組合員同士の助けあいを大切に活動しています!!)

《料 金》 1時間 800円(支援者1人につき)以降15分ごとに200円加算
交通費 20円/1km

《問合せ》 出雲市塩冶町1536-1 出雲医療生協内

☎ 0853-31-9781

月～金 9:00～16:00



ボランティア
募集中!

※支援者登録料
200円かかります



③おたがいさまいずも

(普段の暮らしで困っている人と誰かの役に立ちたい人をつないでいます!!)

《料 金》 月～金の9時～17時 1時間1000円～(運営費も含む)
上記以外(祝日を含む) 1時間1100円～(運営費も含む)

交通費 20円/1km

《問合せ》 出雲市矢野町487-1

☎ 0853-23-0288

月～金 10:00～16:00



土日もOKです!!

応援者募集中!

(応援者登録料 200 円)
※どなたでも利用と応援
ができます!



相談窓口

～生活支援～

◎出雲市社会福祉協議会

☎23-3781

出雲高齢者あんしんセンター

☎25-0707(地域包括支援センター)

ボランティア相談窓口

◎今市社会福祉協議会(今市コミュニティセンター内)

☎21-5318

※この情報誌は、「出雲市社会福祉協議会の会費、寄付金及び共同募金を財源とした助成金」を財源の一部としています。