# たすけあい活動、 はじめてみませんか?

困ったときはおたがいさま たすけあいでつなぐ

## 暮らしのかけ橋











「やりがい」「人とのつながり」を実感できる活動です

たすけあい活動とは、日常生活における利用者の「ちょっとした困りごと」を住民同士で助け合う 有償の互助活動です

未経験者歓迎(出来ることで)

見学受付中(いつでも)

活動者の声は裏面へ

たすけあい活動にご興味のある方は、お気軽にお尋ねください

#### 出雲市住民参加型在宅福祉サービス団体連絡会

現在、出雲市内で17の団体が活動のお手伝いをしています

事務局 〒693-0001 出雲市今市町543(出雲市社会福祉センター内)

**20**853-23-378 □https://www.izumoshakyo.jp/

社会福祉法人 出雲市社会福祉協議会 / 出雲市医療介護連携課

活動 の声

### たすけあい活動が

私に もたらしたもの

#### ■できることをできるカタチで

退職して暫くした後に参加したボランティア で、様々な世代の人が参加していることを知り、 私ももっと気軽にボランティアをしてみようと 思ったのがきっかけです。

活動の途中、「外れてしまった網戸を取り付 けてほしい」と頼まれたことがあり、高齢にな ると、ちょっとしたことに困っておられ、私た ちが普段何気なく行っていることも、とても喜 ばれることがあるのかと気づかされます。

ちょっとしたたすけあい活動を行うことは、 相手のためだけでなく、自分自身の生活にもプ ラスになることがあります。

興味のある方は、私のように自分にできる無 理のない範囲で、気軽に参加して欲しいです。



福島康治さん(大津町在住)

#### 家事のお手伝い

### 自宅・家まわり

#### 付き添いなど















洗濯・衣類の整理

掃除

食事づくり・下ごしらえ 草取り・庭木の枝切り 家具の移動

話し相手・見守り 外出の付き添い

### 活動の内容などお気軽にお問合せください

活動件数BEST3

|位:掃除 2位:調理 3位:草取り

私たちがお手伝いします!

### 出雲市住民参加型在宅福祉サービス団体連絡会

NPO法人 たすけあい平田 特定非営利活動法人 河南はつらつセンター おたがいさまいずも 特定非営利活動法人 なないろネット 鳶巣お助けマン互助会 出雲市社協 たすけあいボランティア ひかわ医療生活協同組合 有償助けあいつくし みんわたすけあいネット 朝山お助けマン互助会 ささえ愛

社会福祉法人 金太郎の家 出雲医療生活協同組合 有償ボランティア虹 グリーンコープ生協 げんき隊 ひえばらお助けマン互助会 かみつお助けマン互助会 福祉互助組織 神門地区手互の会 特定非営利活動法人 ボランティアネットたき 高浜地区慶人会 暮らし応援サークル