

# 7月から **北地域助け合い隊** がスタートしました

隣近所のちょっとした困りごとを、お互いに助け合い支え合う地域活動です。

**利用会員**  
(援助の必要な高齢者)

援助活動提供

**協力会員**  
(ボランティア・スタッフ)

## 助け合い隊のしくみ

援助活動の依頼

**北助け合い隊**  
コーディネーター

援助活動  
コーディネート

## お手伝いの事例

### 付き添い

病院・散歩  
買い物・墓参り等

### 取付・組立

家具の組立  
包丁研ぎ  
電球交換等

### 世話・手伝い

話し相手・植木の水やり  
草取り・庭木剪定  
パソコン指導等

### 掃除

部屋・トイレ・風呂  
お庭・ゴミ捨て等

**つるごん体操に参加しませんか!**

毎月第4木曜日午前9時30分から  
北市民センター集会室で実施しています。  
毎日の生活を楽しく生きるために筋力アップをしましょう。



## 会員募集!!

地域の活性化、発展と一緒に取り組みませんか。

一人でも多くの皆様が会員となって、運営に参加していただけることを心よりお待ちしております。

問合せ先

☎/Fax 049-299-4586

事務所：北市民センター内  
北地域支え合い協議会事務所

## お知らせ

### 防災訓練

9月29日(日)  
大規模災害に備えて、防災訓練を実施します。

### 夏休み

8月10日(土)～8月18日(日)  
支え合い協議会事務所は、夏休みです。