



知って、使って、
ひろがる
“支えあいの輪”

「ちょっと困った」そんなときは...

福島お助けネットワーク



福島区住みます芸人 ^{つきてい は おり} 月亭 八織さんがサポーター体験！

電球交換



脚立を使って
天井の電球を
交換します。

お風呂掃除



スポンジと
洗剤でお風呂を
ピカピカに！

エアコン掃除



エアコンのほこり
をお掃除。
フィルター掃除も
可能です。

鉢植えのお手入れ

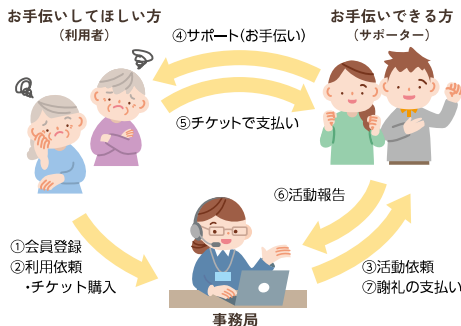


観葉植物の葉っ
ぱもきれいに。
高い場所も低い
場所もおまかせ！

助け合いのしくみ

福島お助けネットワークは、暮らしの中のちょっとした困りごとを住民同士が助け合う活動です。

「ちょっと困った」を感じている依頼者を、サポーター(有償ボランティア)がお助けします。



こんなサポートやっています！

お助け内容	利用料	サポーター謝礼金
簡易な作業 (電球の交換、掃除・片付け、洗濯、衣替え、植木の手入れ・水やり、草むしり、病院の付き添い、買い物の同行、話し相手など)	30分 300円	30分 300円
スキルを要する作業(車いすの介助など) 重い負荷のかかる仕事(家具の移動など)	30分 600円	30分 600円

※作業内容によって料金が異なります。詳細はお問い合わせください。



草むしり



買い物同行

会員登録をすると始められます！

利用者

対象 福島区在住で、65歳以上または障がいのある方

利用の流れ

- ①相談受付
- ②訪問・聞き取り
- ③会員登録
- ④利用の依頼・チケットの購入
依頼内容に応じてサポーターと調整します。
事務局でチケットを購入してください(訪問対応可能)。
- ⑤サポートの利用開始

登録完了まで
1〜2週間かかります

サポーター

対象 福島区または近隣区に在住・在勤・在学の方

サポーター活動の流れ

- ①会員登録
窓口までお越しください。
できることや得意なこと等をお伺いします。
- ②初回研修
活動のルールや作業方法等をご説明します。
- ③活動開始
依頼内容に応じて事務局よりご連絡します。

謝礼金あり！
サポーター登録
お待ちしております！



※利用者・サポーターの登録料・会費は無料です。