

あなたの“得意”が、誰かの“ありがとう”に変わる 「あいまち」で活動してみませんか？



「あいまち」は「ちょっと困ったな」「助けてほしいな」の声に気軽に支えあえる“まちの支えあい活動”です。感謝の気持ちをチケット(謝礼)にして渡すことで、「何度も頼むのは気がひけるわ」「お礼をしないと……」などといった利用する人の気持ちの負担を軽減。会員登録をすれば、お手伝いをすることも、助けてもらうことも、どちらも利用できます。※活動は、必ずコーディネーターが調整します。また、初回の活動はコーディネーターが付き添います。

★ボランティア保険加入 ★研修会・交流会あり

あいまちのしくみ



◎こんな活動依頼が多いです！

- ◎電球の取り換え
- ◎庭の草木の手入れ
- ◎お話し相手
- ◎簡単な掃除(お部屋、エアコンフィルター、窓ふきなど)
- ◎近隣スーパーへの買い物の代行
- ◎区内(近方)病院の付き添いなど



依頼の多い時間帯は…

10時～12時 / 13時～16時 ※日祝は活動対象外

こんなご依頼お受けできません

- ✗高所のペンキ塗りや木の剪定
- ✗身体介助を伴う内容
- ✗電気配線を伴う作業
- ✗区外(遠方)の付き添い(通院・買物)など

あいまちミニ講座

「ボランティアしてみたいけど、どんなことをするんだろう?」「あいまち活動をもっと詳しく知りたい」など、あいまち活動が少しでも気になる方は、ぜひご参加ください!

日時 4月21日(金) 14時～15時

場所 鶴見区在宅サービスセンター 3階

対象 18歳以上の区民 定員 20名

申込方法 申込フォーム・電話・窓口 締切 4月14日(金)



申込フォームは
こちら

料金設定

年会費 1,000円

*会員登録時に
お支払いいただきます。

活動する
方が
受け取る
謝礼

600円
(1時間)

依頼する
場合の
利用料

800円
(1時間)

あいまち事務局の「活動者インタビュー」



結婚を機に鶴見区へ引っ越し、広報つるみを見て「あいまち」活動に興味を持ったというAさん。出産までの期間、スキマ時間を使って家事のお手伝いを中心にお活動していました。活動のきっかけや活動して良かったことなどについて、あいまち事務局にお話を聞きました。



活動のきっかけを教えてください。

鶴見区に引っ越してきた当初はパートもしていましたが、大阪にきて、コロナ禍という状況もあって人との関わりもあまり持てない中で「何か自分にできることないかな」と思っていました。

そんな時、広報つるみで「あいまち」活動のことを知りました。もともと住んでいたところにはない取り組みで、「有償のボランティアって新しいな」と興味をもったのがきっかけですね。

具体的に、どんな活動をしていましたか？

依頼者さんの代わりに買い物へ行ったり、庭の草むしりといった活動もあるみたいですが、私の場合は家事が中心で、特に掃除のお手伝いが多かったです。お部屋に掃除機をかけたり、お風呂やキッチンまわりのお掃除など、普段の家事の延長ができる作業がほとんどでした。

活動を始めるうえで不安はなかったですか？

やはり知らない人の家に上がる所以最初は緊張しました!でも事務局の方が同行してくれたり、何かあれば間に入ってくれる、という安心感があったので、不安はありませんでした。希望すれば女性からの依頼に限定してくれたり、依頼者さんやそのお家のことも事前に丁寧に教えてくれるなど、事務局の方がそういった配慮をしてくれるので活動しやすかったです。

あと、お掃除以外のことでもいっぱい頼めたらどうしようかなって不安もありましたが、依頼者さんもいい人たちばかりで特にそんなことはなかったですね。「細かいところまでお掃除してくれてほんまありがとうございますね」と言ってくださったり、こちらも楽しく活動できました。

活動してみて、楽しかったことは？

活動自体は普段から家でやっていること変わらないのですが、ご高齢の依頼者さんから地元のいろんな話を聞くことができて、引っ越してきたばかりで土地勘もない私にとっては、とても楽しみな時間でした。近所の桜がきれいに見える場所も教えてもらいましたよ!

活動するうえで、注意が必要なことはありますか？

最初に事務局からも教わりますが、活動の中では「あ、これもお願いしたいねんけど…」といった事がやっぱり出でてきます。そんな時は一度事務局に連絡するルールになっているので、その点は注意が必要ですね。

最後に「あいまち」のアピールをお願いします！

「あいまち」は自分が普段していることの延長で気軽に誰かのお手伝いができる、とても良い取り組みだと思います。1～2時間のスキマ時間で活動できる点もいいところじゃないでしょうか。お子さんが幼稚園や小学校に通い始めたママでも短時間で気軽にできるのかなと思います。

「あいまち」活動を通じて地域の人々との関わりを楽しんで、鶴見区をもっと好きになれると思います!

お気軽にお問い合わせください



登録時にコーディネーターと面談を行い、利用・活動についてのルールのご説明や、利用方法や活動内容などのご希望をお伺いします。

問合 まちの支えあい活動「あいまち」事務局
(運営:社会福祉法人 大阪市鶴見区社会福祉協議会)

受付時間

月曜日～土曜日
9時～17時30分

☎ 06-6913-7066

〒538-0051 鶴見区諸口5丁目浜6-12 鶴見区在宅サービスセンター内