

高齢者の困ったを支援する 「ちょこっと助け隊」を設立しました!!

ちょこっと助け隊は、「高齢者の皆さんが安心して生活できるように、とより近所みんなで助け合って楽しい生活を過ごすことができるように」との思いで、立ち上げたボランティア団体です。

【ちょこっと助け隊員とは】

ちょこっと助け隊員は、平成 28 年度から 29 年度に開催した担い手養成講座を初め傾聴ボランティア講座、運動ボランティア講座など多くの講座を受講し、幅広く皆さんのご要望にお応えできるように勉強に励んだ方々です。

高齢者の方々が、平田村で少しでも過ごしやすくなるようにお手伝いします。

【活動内容について】

生活の中のちょっとした手伝いをします。例えば、「電球の交換」や「ゴミ出し」「ついでにできる買い物」の他に、自分ひとりでは難しくなってきた「家の掃除・洗濯・料理」や買い物の付き添い（運転も含みます）などもお手伝いすることができます。支援内容と有償ボランティアの利用料は次のとおりです。

支援内容

無償ボランティア (お金はかかりません)	有償ボランティア (お金がかかる)
見守り支援 1. 生活必需品の買い物 2. 話し相手 単発的なもの 1. ゴミ出し 2. 電球の交換など	家事支援 1. 料理 2. 衣類等の洗濯 3. 家の掃除・整理整頓 4. 庭先の雪かき（1 時間以内） 5. 庭先の草取り（1 時間以内） 付き添い支援 1. 買い物等の付き添い（運転含む） 2. サロンへの参加支援（運転含む）

利用料金

時 間	利用料金
30 分～ 1 時間	400 円
1 時間～ 1 時間 30 分	600 円
1 時間 30 分～ 2 時間	800 円

【対象者】

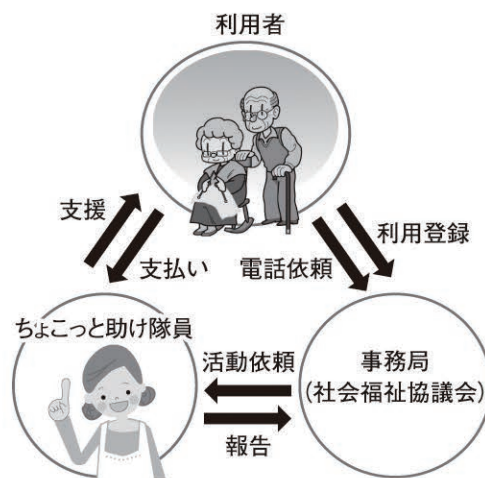
- ①村内に居住している一人暮らしの高齢者
- ②介護保険要支援認定者及びそれに相当する方
- ③高齢者世帯
- ④その他支援を必要とする方（日中独居になるなど）

【活動時間】

おおむね午前 8 時から午後 5 時まで

【利用の流れ】

- ①事前に会員登録が必要です（電話での登録も可能）
- ②利用する 3 日前までに事務局にお電話ください。
- ③事務局が、ちょこっと助け隊員に連絡・調整します。
- ④当日、ちょこっと助け隊員が自宅にお伺いします。
- ⑤有償ボランティアは、支援終了後、隊員に利用料を支払ってください。
（利用料以外のお金や品物は、いたしません）





12月22日に中央公民館で行われた、ちよこっと助け隊設立総会では、澤村村長から「高齢者のひとり暮らし、高齢者世帯の増加により、生活に不便をきたしている世帯が多いことから、安心して生活するためには地域での支え合いが重要であります。ちよこっと助け隊には、高齢者の不安解消に向けた活動に期待しています」と挨拶がありました。

役員には、ちよこっと助け隊員代表に吉田大吉さん（上蓬田）、副代表に矢吹由利子さん（中倉一）が選ばれました。代表の吉田さんは、「ちょっと困っている高齢者が暮らしやすくなるために、ちよこっと助け隊員ができる時にできることをできる範囲で手助けしましょう。昔、隣近所で行っていた結の精神で、村全体でお年寄りを支える仕組みを隊員みんなで作っていきましょう」と挨拶しました。また、副代表の矢吹さんは「肩に力を入れないで、気軽に支援しましょう。自分たちもすぐに高齢者の仲間入りになるのだから、お互い様ですよ」と挨拶しました。

ちよこっと助け隊に登録した隊員の皆さんは、「自分の自由になる時間に、少しでも役に立てれば嬉しい」「人と話すのが好きなので、少しでもお年寄りの方の話し相手になればいいな」「自分の将来のためにも、色々な方とお話ができれば楽しいと思います」などと話していました。

高齢者の皆さん、ちよこっと助け隊をご活用し少しでも過ごしやすいしてください。
ちよこっと助け隊員に興味のある方も、ぜひご連絡をお待ちしています。

依頼及びお問い合わせ先

【ちよこっと助け隊事務局】 社会福祉協議会内 ☎55-3500

サロンに参加してさらに元気に！！

高齢者サロンが「九生滝」と「東山」行政区で開始され、村内18行政区すべてに集える居場所ができました！！

サロンでは、地域の人々と集まって、運動やゲームなどを楽しんでいます。

さらに、ちよこっと助け隊の「運動ボランティア」による、要介護にならないように運動の支援も始まりました。高齢者だけでなく、地域の皆さんもぜひ、地域のサロンを覗いてみてください。



九生滝サロンの様子



東山サロンの様子