

# 「助け合い活動」サービスの使い方

部屋の掃除を  
してほしい

外出に同行  
してほしい

洗濯をして  
ほしい

犬の散歩や餌やり  
してほしい

買い物を  
してきてほしい

誰にでもある、日常生活のいろいろな「困った！」お助けします。

まずはお気軽  
にお電話  
ください。



きらりびとみやしろ 助け合い活動担当  
TEL : 0480-31-2123 (9:00から17:00)  
住所 : 宮代町川端3-8-25 (土・日・祝日休み)

ホームページもご覧下さい。

きらりびとみやしろ

検索

## ① 困った! ことを お手伝い



## ② 「ありがとう」の 気持ちをこめて 『ふれあい切符』でお礼



### 基本点数

2点  
(200円)

15分ごとに

### 交通費

2点  
(200円)

1回のお手伝い  
ごとに

ふれあい切符は1点100円です。

例：●買い物代行30分/6点(600円)～  
●犬の散歩30分/6点(600円)～等  
詳しくはお問合せ下さい。  
※最初に会員登録(年間3000円が必要です)

### 利用者さんの ありがとうの 声

いままで一人で頑張っていたことをお手伝い頂き、嬉しかったです。

みなさん優しく、こちらを気遣ってくれて、とっても気持ちよく利用できました。

ヘルパーさん等には頼めない事をカバーしてもらえ、徐々に自分の時間を持つことができました。

「お手伝いしたい」  
「してほしい」  
両会員募集中です！  
詳しくはお気軽にお電話下さい。



NPOきらりびとみやしろは「困ったときはお互いさま」の合言葉で「助け合い活動」を進めています。

きらりびとみやしろは、「新しいふれあい社会づくり」を目指して、非営利活動団体として平成10年に生まれました。「困った時はお互いさま」の気持ちで、会員同士がお互いに助け合う活動は、基本は「家庭に代わる助け合い」であり、「できる人が・できる時に・できる事を」で困りごとを抱えた方を支える仕組みです。

気軽に「困ったけれど助けて」と言えるよう、「ふれあい切符(チケット)」制になっています。

「ふれあい切符(チケット)」は、温かい心遣いや笑顔などで困りごとを解決し、支えてくれた協力会員さんと、利用した会員さんとの、愛情や感謝の気持ちを交換するためのもので、サービスの対価ではありません。

では、私たちのめざす「新しいふれあい社会」とは、どのような社会なのでしょう。

それは、すべての人、一人ひとりがどんな状態になっても個人として尊重され、困ったときは気軽に助け合える社会であり、多くの人たちが「目先の利害のみに」とらわれず、そのようなあたたかな社会を構築し、存続していくために、自ら出来ることに関わることを惜しまない社会です。

私たちのささやかな活動が、きっと社会を変える着実な一歩であることを、信じましょう。だれにも大切な一度きりの人生を、「きらりびと」で過ごせるよう、気持ちも新たに、これからも楽しく、多くの仲間と共に歩んで行きましょう。

理事長 島村 孝一

# 毎日の”ちょっと困った” お助けします！



## 送迎

障がい手帳をお持ちの会員さん。  
作業所までの送迎。



## 病院への 付き添い

人工透析の会員さん。送迎バスから  
病院で透析、家に帰るまで介助。



病院への送迎の途中でお買い物をするのが楽しみな会員さん。  
支払い確認・荷物運搬をお手伝い。



おひとり暮らしの  
男性会員の  
食事作り。

## 食事・ 買い物



会員さんの行事食づくりの  
お手伝い。

## 片付けの お手伝い



手芸の好きな会員さんの  
身の回りの片付けのお手伝い。



病院への  
送迎の途中で  
お買い物  
をして、  
食事の支度。



## ご家族の 補助

お子さんの相違を見て  
あげて、水泳教室のバス  
まで送り。

お手伝い  
して欲しい。

お手伝い  
出来ます！

家事や、短い距離の移動など、  
日常生活のちょっとした事でも、  
手伝ってくれる人がいれば…と  
思う事は誰でもあります。  
そんな時に、ちょっと手助け  
してくれる人がいます。  
ひとりで悩んでいないで、  
まずは1本電話！  
お気軽にご相談下さい。

## 一困ったときはお互いさまー 助け合い活動 会員募集中！

『会員同士の助け合いです』

詳しくは裏面をご覧ください。⇒

一人暮らしのお年寄り、介護に頑張る  
家族などの負担が増えてきています。  
「できる時に、できる人が、でき  
る事を」をモットーに、困ってい  
る方を、ちょっと手助けできる  
システムがあります。  
「困ったときはお互いさま」これ  
からの助け合いの輪に、ぜひあな  
たも加わってみてください。