

みんなでささえ愛
サポ♡ラブ



(名前は サポラン)

地域みんなで

ささえ愛の輪に

あなたも参加してみ

ませんか？

ときわ・澄川～樽前までの西地域にお住いのみなさまへ

有償ボランティア

活動会員募集!!

お年寄りのちょっとした困り事をお手伝い

する活動です

苫小牧市住民主体の

訪問型サービス事業

苫小牧市では、従来の介護保険サービスとあわせて、

住民等が主体となって、多様な生活上の困り事に対する支援を提供できる体制整備を進めています。

当会活動は市の補助事業となります。

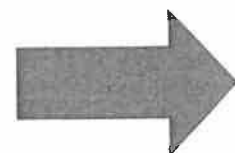
お問い合わせ・申し込み

〒059-1272

苫小牧のぞみ町3丁目15番15号

代表 中尾

090-9759-5385



ウラ面に続く

日常生活のちょっとした困りごとを低料金でお手伝い！

いただいた料金はそのまま活動会員の報酬に！

気持ちがあれば資格がなくても大丈夫！

活動の流れ

- ① 入会し活動会員に登録 入会金500円
(ボランティア保険に加入・会員証発行・できる活動内容の確認)
- ② 困りごとの相談・依頼が来たら事務局から活動会員に連絡
- ③ お手伝いの内容や日時を依頼者と確認し、お手伝い開始！
- ④ お手伝い終了後依頼者から料金を受け取り、事務局へ報告

例えば… 歩くのが大変になった方のおつかに近所のスーパーに買い物に行って 100円
ちょっとした外の軽作業一時間以内で 200~500円
ハガキの宛名書き 10枚100円 などなど…

隙間時間にちょっとした ささえ愛！

好きな事や得意な事で ささえ愛！

シニアの方 大歓迎！！！！

自分の元気のために ささえ愛！

ご連絡お待ちしております



みんなで"ささえ愛
サポ♥ラブ  **です**

ちょっとした**困**りごとをお手伝いします！

利用できる方 入会金300円が必要です

苫小牧市西地区にお住まいの方で

(ときわ町・澄川町・のぞみ町・青雲町・明德町・宮前町・錦西町
・北星町・錦岡・もえぎ町・字樽前・美原町)

- ① 65歳以上の方
- ② 要支援1・2 要介護1～5の認定を受けている方
- ③ 基本チェックリストで対象と認められた方

サービス利用の流れ

① 65歳以上の方 →

② 要支援1・2 要介護1～5の方

③ 基本チェックリスト対象の方 →

サポ♥ラブ事務局 のぞみ町3丁目15番15号 090-9759-5385

サポ♥ラブ事務局 090-9759-5385

調整・面談 ← お手伝い開始

担当ケアマネジャー

西地域包括支援センター

サービス内容と料金

みんなでささえ愛
サポ♡ラブ



サービス内容	料金	サービス内容	料金
1. 電球交換	50円	14. ハガキの宛名書き	10枚100円
2. ゴミをステーションに運ぶ ゴミの分別	一回50円 月500円 50円	15. 軽作業 網戸・草むしり・氷割・冬囲い 雪かき・除草剤・融雪剤等	100~500円
3. 買い物代行 近くのスーパーで1かごが目安	100円 ~300円	16. 薬の受け取り (近くの薬局)	100円
4. トロツクの記載	100円	17. DVDや図書の返却等	100円
5. 食事作り	一時間500円	18. ペットの世話	100~200円
6. クリーニングの受け渡し	100円	19. お話・趣味の相手	100~300円
7. 掃除機かけ ・普段の生活場所 ・2階など ・掃除にともなう片付け	100円 100円 100円		
8. お風呂掃除	100円		
9. トイレ掃除	100円		
10. クイックルワイパーで水拭き	100円		
11. 洗濯	一回200円		
12. 縫物 ボタン付けや裾上げテープ	50~300円		
13. 散歩や通院などの お出かけの付き添い	30分100円		