

# 1回 200円

## で ちょこっとお手伝いします!!



# ささえ合いやまと

例えば、こんなちょこっとした困りごと・・・



買い物代行



草とり



そうじ



ごみ捨て



はなし相手

など、1時間以内でできること

### 注意事項

★できないこと：送迎など人を乗せての運転・専門技術が必要なこと

★利用料金：1回200円（サポーター1名での活動の場合）

※サポーター複数人で活動の場合、200円×活動サポーターの人数

（お手伝いの内容によっては実費が必要になる場合もあります）

お問い合わせ・お申込み先（平日 8:30～17:30）

郡上市社会福祉協議会 ☎ 88-9988（地域福祉課北部エリア担当）

※お受けできないことがあるかもしれませんが、お気軽にご相談ください。

私たちがお手伝いします！

青地修恩 大坪恵子 大中千恵美 此島恵里子 清水清美 清水弥束

實廣美千子 島崎かず子 畑中真智子 細江和子 松井洋子 和田那緒子

### ① 困ったことがある

- 1人ではできない。
- 頼める人がいない。
- ちょっと手伝ってもらえればできるのに・・・ など



### ② 相談(依頼)

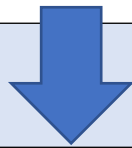
- まずは、郡上市社協へお問い合わせください。  
☎88-9988 (郡上市社協 北部エリア担当)



その日はちょっと、  
行けないわ・・・



サポーターAさん



### ③ 調整

- ※ここでは、活動の依頼をお受けできるかどうかの確認・調整をします。
- サポーターと相談しながら、対応を調整します。
- 活動内容の確認のため、ご本人さんに面会する場合があります。

サポーターBさん

その日なら、  
行けますよ～



### 受けられる場合



- 日にちや時間の調整など確認をします。
- 当日、サポーターが伺います。

利用料金：1回200円  
(サポーター1名での活動の場合)  
※サポーター複数人で活動の場合、  
200円×活動サポーターの人数

(お手伝いの内容によっては実費  
が必要になる場合もあります)



### 受けられない場合



- お受けできない内容  
(専門技術が必要・1時間以上かかるなど)
- サポーターの調整が難しい

ごめんなさい

※サポーターはボランティアで活動をしていま  
す。依頼の内容などによって、受けられない場  
合もあります。

※他の方法や事業所を  
お探しします。



## ★サポーター募集★

自分の得意なことをいかしたい！ボランティアに興味がある！という皆さん、サポーター  
になって一緒に活動をしませんか？ ご連絡は、郡上市社協まで！！

電話：88-9988 (地域福祉課)