

2024年8月

# 成瀬お助けたい

ご高齢の方、お身体の不自由な方、子育て中などでお困りの方に有償ボランティアで**日常生活の支援**を提供しております。  
通院や買い物等、車による移動支援もお引き受けできます。

## 【支援の内容】

庭仕事	庭の手入れ、雑草取り、水まき、簡単な剪定
大工仕事	簡単な大工仕事 購入品組立、電球交換
家事支援	ゴミ出し、掃除、洗濯、買い物、洋服直し
力仕事	家具移動、身辺整理、物置整理、雪かき
移動支援	通院、買い物等の車による同行
その他	刃物研ぎ、散歩つきそい、傾聴など お困りごとは遠慮なくお聞かせください

## 【利用料金と支援地域】

**お助けたい1人 30分500円**  
成瀬1~4丁目、成瀬台、西成瀬  
その他の地域は相談に応じます。

## 【後援】

町田市社会福祉協議会  
町田市南第三高齢者支援センター  
成瀬中央シニアクラブ



ご利用のお電話をお待ちしております

**成瀬お助けたい事務局 Tel: 090-9200-9440**

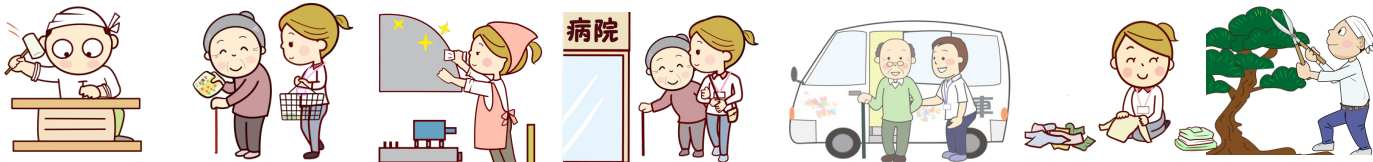
**受付時間 平日9:00~17:00**

担当 玉木・山垣・丸岡・川崎・石山・田淵

受話器をお取りできない場合もありますが、その場合は改めてこちらからご連絡いたします。

賛助会員様：成瀬の下記の企業・店舗の皆様に賛助して頂きました。(敬称略 計43名様 他匿名2名様)

- ・安藤整形外科・形成外科
- ・ゆうき堂治療院
- ・サロンドアミチェ
- ・陽だまりカフェ
- ・島治療院
- ・ともデンタルクリニック
- ・サイユウキッチン
- ・JUN-PEY ラーメン
- ・アトリエ セ・ジャンティ
- ・ヘアムク
- ・三汪電機
- ・春日歯科医院
- ・(有)成瀬杉井植木
- ・あなざわ歯科
- ・音琴歯科医院
- ・栄和電子工業
- ・スミペットクリニック
- ・満田接骨院
- ・地の星
- ・まちだ美容室
- ・つむぎ工房しげ
- ・N.T
- ・成瀬台耳鼻咽喉科
- ・スキルドシール
- ・まちだ正吉苑
- ・近藤医院
- ・カフェミック
- ・クロイツェル
- ・美容室パンブキン
- ・理容ミッキー
- ・セモア!
- ・成瀬台動物病院
- ・(株)Reason to live support
- ・はぎわら歯科医院
- ・大村内科医院
- ・しあわせのデンタルクリニック
- ・オリブ薬局
- ・成瀬台幼稚園
- ・クローバー
- ・やさいのナイトウ
- ・独逸屋
- ・デイサービスつくし
- ・成瀬りの家保育園



# 頼り頼られ「笑顔のまち」

「ご近所の困った」解決に少しでも力をお貸してください。

専門の業者さんも、シルバー人材センターも、タクシーも、人手不足。  
もし、まちのお困りごとを、まちの仲間ですら解決できたら素敵なおことです

## この支援活動に参加していただける仲間も募集中！

### 【ステップ1】できることの登録

- 30分程度の草むしりなら・・・
- 通販の家具の組み立てくらいなら・・・
- 洗濯物をたたんでさしあげるくらいなら・・・

### 【ステップ2】作業の依頼

コーディネーターより依頼の連絡を差し上げます

### 【ステップ3】作業

ご自身の都合の良い時に、できることをしてください

## 活動中のサポーターから一言

### 【活動歴3ヶ月Aさん65歳男性】

チラシを見て参加しました。チームで除草するので余計な心配はありませんでした。剪定除草作業は達成感があります。小遣い稼ぎというより充実感で満足しています。

### 【活動歴1年8ヶ月Bさん58歳女性】

「ご援」はいずれ「ご縁」になると言われ、なるほどなと思ひ参加しています。パートの無い日に1時間位お手伝いしています。感謝されると照れますが気持ちの良いものです。

### 【活動歴3年Cさん80歳男性】

そろそろ「助ける」側から「助けていただく」側です。仲間の中にはとても意識の高い方もいて、とても刺激となっています。やりがいにも繋がっていて「健康の源」です。

### 【活動歴2年6ヶ月Dさん72歳男性】

アプリがないとなかなかタクシーが来てくれないとか、この活動に参加して「へえ～そうなんだ」と言うことがとても多いです。仕事以外の仲間もできて充実しています。

活動に関する詳細をご説明いたします。ご連絡をお待ちしています。

**成瀬お助けたい事務局 Tel:090-9200-9440**

ボランティア保険などご不安なことがございましたら遠慮なくお問い合わせください