

# 見守り・支え合い活動

### 見守り活動の内容

希望する高齢者に対し、ご近所にお住まいのあんしんサポーターが以下のようにさりげなく見守ります。

- ・郵便受けに新聞がたまってないか
- ・何日も洗濯物が干しっぱなしになっていないか
- ・雨戸やカーテンが閉まったままになっていないか
- ・電灯がついたまま(消えたまま)になっていないか
- ・いつもより元気がないみたいだ・・・など

### 支え合い活動の内容

支え合いサポーターが以下のようなお困りごとに対し、支援します。

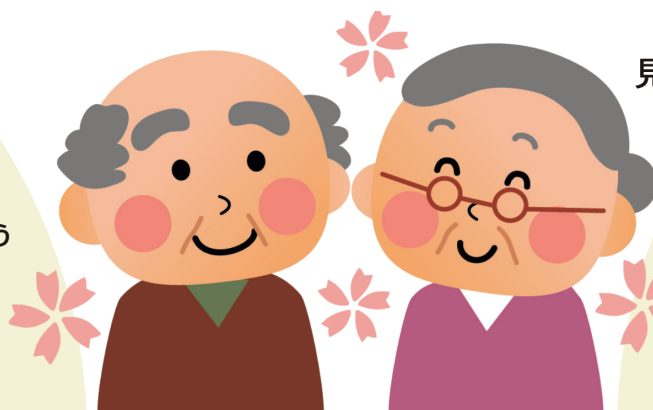
- ・病気や怪我で体を動かせない方のゴミ出しサポート
- ・高齢で体が思うようにならなくなった方の
  - ・垣根・樹木の剪定や伐採
  - ・庭の草刈り ・電球交換
  - ・重い家具の移動・・・など



### まずは相談から

自治会でお手伝いしますので、  
お困りの方は  
ご連絡ください。

見守り・支え合い希望の方は、  
遠慮なくご相談ください。  
双方が負担や不安を感じないよう  
関係を築いていながら  
取り組んでいきましょう。



お問い合わせ・ご相談

小山東ニュータウン自治会  
見守り・支え合い活動推進委員会

自治会長 後藤 彰  
☎090-6179-7736

支え合いサポーターも  
募集してます