



やまねお助け隊

～地域支えあい活動～

やまねお助け隊とは？ 山根学区に在住する

無 料

- 【対象】 ●ご高齢の方 ●障がいのある方
●子育て中の方（0歳～未就学のお子さんがいる方）

※家族でできる世帯や他のサービスが使える方はそちらを優先します。

【内容】「日常生活のちょっとした困りごと」を学区住民の助け合いで、
お手伝いする山根学区の活動です。（活動時間1時間以内）

《こんなこと、お助けします!》

- ・可燃・不燃・資源ごみ搬出
- ・粗大ゴミ 搬出

※ごみの分別、粗大ごみの
回収費用は依頼者負担



- ・電球の取り換え
※高さは2m程度まで
- ・小規模の修理
※誰にでもできるもの



- ・生活通路の草取り
- ・簡単な枝切り

※電動機や脚立を
使わないもの



その他

- ・家具等の移動
- ・買い物の付き添い など

※危険・長時間(1時間以上)・専門的な知識や技術がいる作業はできません。

※材料費や処分に係る費用等は、依頼主にご負担いただきます。

※学区住民の有志によるボランティア活動ですので、派遣できない場合もあります。

ご相談・お問い合わせ先 **山根学区地域支えあい活動連絡会議**

電話：052-804-4960（山根コミュニティセンター）

電話受付時間：月～土曜日 10時～16時

（受付：山根コミュニティセンター内 ご近所ボランティアコーディネーター）

～山根お助け隊ルール～

その1

ボランティア活動のため、活動時間は1時間以内とします。
(同一世帯で月4回程度まで)

*活動時間 1 時間以内には片付けも含みます。

*複数人のボランティア活動であっても 1 時間以内とします。

その2

活動内容はボランティアでやれる範囲とし、危険・長時間・専門的な知識や技術が必要な作業はできません。

(以下のような活動はできません。)

例えば…… ・身体介助を必要とする活動 ・調理

・託児 ・1時間で終わらない草取り ・庭木剪定

・脚立を利用しないとできない樹木の伐採

・電気・ガス・水道の修理 ・ハチの巣の駆除 など

*電動機を使っの作業(ただし、草刈り電動機(ロープ式)は除く)

*電球の取り換えなど屋内での脚立の使用はOKです。

*脚立が必要な活動は、原則 2 名体制で活動します。

その3

利用できる方は山根学区在住の方で、日常生活に支障となる困りごとで
ご自分や家族で解決できない活動のみとします。

その4

下記のように、活動にかかる実費は依頼者にご負担いただきます。

○粗大ごみ処理手数料 ○小規模修繕の材料費

○電球取り換えのための新しい電球の準備 等

その5

原則 草取り活動は生活に支障がある範囲で1時間以内の
活動とします。また、**6月中旬頃～9月上旬頃までは休止**します。

その6

屋内に入る活動の場合は、ボランティア2人以上で訪問します

*難しい場合は、ケアマネジャー・ヘルパー・社協職員が同席
させていただく場合もあります。