

住み慣れた地域で過ごしていくために・・・



# 地域お助けサポーターとは

地域の中でお互いの「ちょっとした気づかい」や「さりげない気配り」があることで、いまの暮らしを続けていくことができる方がたくさんいます。

地域お助けサポーター制度はそんな高齢者のちょっとした困りごとを、地域の住民同士で支えあう仕組みです。

お手伝いが必要な方を、福祉的な視点で見守り、支える。そんなあたたかい地域づくりを目指して、活動をすすめています。



## 利用するには …ちょっと困っている方

生活の中での困りごとの手助けや、運営をされているサロンのお手伝いなどにサポーターを利用することができます。

◆対象者◆おおむね65歳以上の長岡京市在住のひと  
(包括やケアマネジャーに相談されている方に限ります)

長岡京市内のサロン・福祉施設

◆利用料◆無料

## 活動場所は

### 在宅での活動

長岡京市内の支援が必要な高齢者宅を訪問し、ちょっとしたお手伝いをします。

- ・ゴミ捨て(可燃物・不燃物)
- ・庭の手入れ(水やり・草ひき・玄関掃除)
- ・散歩の付き添い
- ・診察券出し

など、継続的な支援に限ります。

### 地域での活動

サロン(介護予防サロン・認知症カフェ)等での活動支援をします。

- ・サロンの運営の補助
- ・サロン参加者の誘い出し・会場までの付き添い

### 施設での活動

長岡京市内の障がい者施設や高齢者施設等で活動します。

- ・利用者へのお茶出し、配膳、下膳などの補助
- ・お話相手
- ・レクリエーションや施設行事の補助
- ・趣味や特技を行かした活動(将棋、手芸など)
- ・その他、施設内の活動(シーツ交換、洗濯物たたみ、環境整備など)

## 利用の流れ

### ① 相談

困りごと発生!

サポートセンターにお電話ください。



### ② 状況確認

サポートセンターが依頼者に状況の聞き取りを行います。依頼内容や活動場所から、地域お助けサポーターに活動の依頼を行います。



### ③ お手伝い内容の打ち合わせ

依頼者・地域お助けサポーター・サポートセンターの3者で顔合わせをして、活動内容の打ち合わせを行います。  
※お住まいの区域の地域包括支援センターや担当ケアマネジャーと連携します。



### ④ お手伝いスタート!

依頼者宅等へ地域お助けサポーターが訪問し、活動を行います。

