

見守り・支えあい活動

【家事援助】

・活動事例紹介

【家事援助】 早通健康福祉会館 ささえ愛ネット（北区）



活動のきっかけ

早通コミュニティ協議会として、平成26年から平成28年に市の「高齢者を地域で支えるモデル事業」に取り組んだ。早通北3丁目・1丁目自治会から取り組みを開始し、その後コミ協で住民アンケート（全戸対象）を実施し、結果から現在の活動に発展。

基本情報

支援内容

生活上のちょっとしたお手伝い

料金

作業1回300円（1時間程度）

※ゴミ出しは1回50円（粗大ゴミ以外）

対象者

早通地域の高齢独居、高齢者夫婦世帯等

支援者

「ささえ愛ネット」サポート隊員

連絡先

電話：025-383-6370（ささえ愛ネット事務局）

依頼方法：電話で依頼

活動のポイント

☆合言葉 「広げよう 支え合い」

○あいさつ ご近所ですれ違ったら、まず「あいさつ」

○気配り ご近所の高齢者をさりげなく見守る

○助け合い ご近所で普段と違うことがないか目配りを

《目配りの例》

郵便物がたまっている。洗濯物が取り込まれていない。

暗くなっても電気がつかない日が続いている。



サポート隊員打合せの様子



相談受付の様子



活動の様子

地域で「ささえ愛」のネットワークづくり

「高齢者を孤立させない」をキーワードにして、平成29年4月から、新潟市の総合事業として登録し活動を進めています。



利用者の声

地域の人と顔見知りになって、つながりができるようになっています！

サポート隊員の声

高齢者のお役にも立て、自分自身の生きがいにもつながっています。

今後について

- サポート隊員の育成が課題と感じています。
- 自治会だけでなく、老人クラブなど諸団体との協働も必要です。
- 取り組みが点から面に広がっていきえるようにしていきたいです。

【補足】新潟市の総合事業（住民主体の訪問型生活支援）

住民主体の訪問型生活支援とは地域住民等のボランティア団体が行うごみ出しや買い物等、日常の困りごとに対する支援のうち、市の要件を満たす場合に登録することで、運営費等一部助成を受けられます。

【家事援助】

じゅんさいの会 (東区)



活動のきっかけ

地域の茶の間の参加者の「電球交換ができなくて困っている」という声から、自分ではできないけれど有料のサービスを頼むまでではない「毎日の暮らしの中でちょっとした困りごと」をお手伝いしようと5人の女性で活動を始めた。

基本情報

支援内容

ちょっとした困りごとのお手伝い

利用料

無料

対象者

一人暮らしの高齢者、障がい者

実施エリア

東山の下小学校区

連絡先

電話：090-8871-8954（代表：小林美和子さん）

依頼方法：電話で依頼

活動のポイント

- 「ボランティアは楽しくなければ続かない」をモットーに、事務局の5人は毎月1回スタッフ会議を行い、アイデアを出し合っている。
- ボランティアが活動しやすいように新規の依頼や急な対応は事務局が行うようにしている。
- 2ヵ月に1回定例会を行い、様々な研修や催しを通じてボランティア相互の情報交換と結束を図っている。
- 自治・町内会へ年1回活動報告やボランティア募集をしている。



研修会の様子



定例会は大事な
交流の場



定例会終了後の
事務局反省会

ボランティアは楽しくなければ続かない

5人で始めた活動も、現在は43人のボランティアが登録し、毎日の暮らしの中でのちょっとした困りごと」をお手伝いしている。

利用者の声

- 自分でごみを出せなくなっていたのでとても助かっています。
- ちょっとしたことでも相談できるのでありがたいです。
- 誰かと話したいなという時にも来てくれるので安心です。



お話し相手として自宅訪問

活動者の声

- 自分が年をとって手伝いが必要になっても、じゅんさいの会のメンバーがいるから安心だと思えるようになりました。
- 定例会で他の町内の方と知り合い、仲間ができました。

今後について

- 買い物に一緒に行きたい、病院についてきてほしいという声が増えているので、同行支援を考えていきたい。
- 無料だから「やってもらいたい」という声がある一方で、無料だから「頼みにくい」という声もある。気軽に頼みやすくするために、低額の有償サービスを検討中。

【家事援助】 横戸・卯八郎受 ささえ愛ネット（西蒲区）



活動のきっかけ

高齢者が集い、昼食を一緒に食べたり、体操をしたりする活動を20年以上続けているグループが元となり、これからの将来に備え「今から準備しよう」という声のもと、ちょっとした困りごとを助け合う「ささえ愛ネットの活動」がはじまった。

基本情報

活動日時

随時（受付日：月・水・金 9:00～11:00）

支援内容

○軽微な生活支援（ちょっとした困りごと）

例）買い物支援、ごみ捨て、除雪 等

○居場所の提供

○介護予防教室の開催（他団体と連携）

料金

作業1回400円

連絡先

電話：0256-86-1660（横戸集会所内）

活動のポイント

○ちょっとした困りごとを助け合える地域づくりを目指し始まった活動

○集会所を事務所としていることで身近な相談場所となっている。

○地域包括支援センターと連携しているため、専門職にもつながる仕組みになっている。

○介護予防を目的としてお茶のみ場としても開放している。

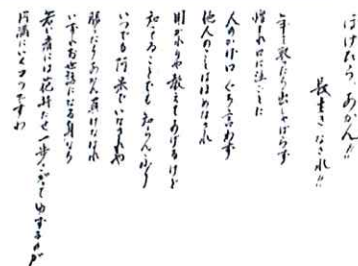
○他人事ではなく「10年後は自分たちが助けてもらう時」という気持ちと、あたたかいハートと思いやりをもって活動している。



立ち上げ前の話し合いの様子



発会式の様子



「福德一期一会」

今の困り事は、後の自分たちの困り事

買い物、通院・・・近い将来「自分たちの困りごとになる」と考え、「今から準備しよう」という一声から活動が始まりました。



生活支援の様子

利用者の声

- 利用者の方からは「ばかいいわ～」
「二人暮らしだから良いのができて安心」など声が聞かれます。また、冬場においては「除雪してもらって助かった」と声をいただきました。
- 家族の方からは「知っている人がお手伝いしてくれるので安心できる」とお話ししてくれます。
- 「(活動が)あると安心できる地域のお守りみたいだ」との嬉しい声も聞かれます。

協力員の声

- 利用する人もボランティアも「同士」という思いで活動しています。
- 助け合いの気持ちや心が「当たり前」になりました。
- 日頃の活動で声にならないニーズや、困りごとが分かるようになり、活動に充実感や達成感を感じます。

今後について

- 人に頼むことが苦手な地域性を、気軽に相談できるような地域になるよう目指します。
- 介護予防教室や認知症サポーター養成講座の開催を検討します。
- 潟東地区全域で、支え合いの活動を取り組むことを目指し、近隣自治会の協力体制を検討しています。

見守り・支えあい活動

【家事援助】

・ 区別一覧表

家事援助の一覧【北区】

団体名	活動内容	掲載ページ
松浜中学校区		
新元島町自治会	ごみ捨て	105
松浜東町自治会	草取り、庭の草刈り、ゴミ捨て、粗大ごみ出し	113
濁川中学校区		
新崎下通自治会	除雪、ごみ捨て	109
葛塚中学校区		
正尺鴨の子会	ごみ捨て	106
ドリームカレッジ 地域お助け隊	除雪、草取り、花の水やり、ごみ捨て、電球換え、掃除	105
オッサンズ	買い物、薬取り、除雪、草取り、花の水やり、ごみ捨て、電球換え、灯油入れ、家具の移動、粗大ごみ出し、掃除	111
木崎中学校区		
ふれあい木崎	除雪、ごみ捨て、話し相手	106
早通中学校区		
早通南3丁目自治会	ごみ捨て	110
早通北3丁目自治会	除雪、ごみ捨て	110
ささえ愛ネット	買い物、薬取り、除雪、草取り、花の水やり、ごみ捨て、電球換え、家具の移動、簡単な修繕、掃除、話し相手	107
光晴中学校区		
中嘉山団地自治会	除雪、ごみ捨て	109
川西3丁目自治会ふるさと	買い物、薬取り、除雪、ごみ捨て、家具の移動、粗大ごみ出し、簡単な修繕	112
葛塚中学校区+光晴中学校区の一部地域		
新潟北愛宕の園	除雪、ゴミ捨て	112
北区一部地域		
傾聴ボランティア ほほえみ	話し相手	108
新潟市ファミリー・サポート・センター	子どもの預かり	209

家事援助の一覧【東区】

団体名	活動内容	掲載ページ
山の下中学校区		
桃山支会 (あゆみ会)	除雪、草取り、ごみ捨て、話し相手	115
松島自治会	除雪、草取り、ごみ捨て	116
アカシア会	除雪、ごみ捨て	118
浜谷町自治会	ごみ捨て	118
大山通自治会	ごみ捨て	119
山の下町中央自治会	ごみ捨て、家具の移動	121
山の下末広自治会	ごみ捨て	120
松島市営住宅自治会	除雪、草取り、ごみ捨て、粗大ごみ出し、簡単な修繕	121
大形中学校区		
柳ヶ丘自治会	買い物、除雪、草取り、ごみ捨て、電球換え、家具の移動、粗大ごみ出し、簡単な修繕、話し相手	124
本所自治会	ごみ捨て	123
逢谷内第一自治会	ごみ捨て	124
大形本町第二自治会	除雪、ごみ捨て	125
大形本町第三自治会	除雪、ごみ捨て、電球換え、粗大ごみ出し、簡単な修繕	125
石山中学校区		
輪っとくらぶ	除雪、草取り、花の水やり、掃除	130
新中野山自治会	ごみ捨て	131
新石山第1自治会	買い物、除雪、草取り、ごみ捨て、簡単な修繕、話し相手、代筆・代読	134
藤見中学校区		
藤見第2団地町内会	除雪、草取り、ごみ捨て、電球換え	116

家事援助の一覧【東区】

団体名	活動内容	掲載ページ
藤見中学校区		
錦町町内会	除雪、草取り、ごみ捨て	119
じゅんさいの会	買い物、薬取り、除雪、草取り、花の水やり、ごみ捨て、電球換え、家具の移動、粗大ごみ出し、簡単な修繕、掃除、話し相手	120
木戸中学校区		
紫竹7区北自治会	除雪、ごみ捨て	122
中山宮前第一自治会	ごみ捨て	122
中山8丁目自治会	ごみ捨て	123
上木戸緑町自治会 サポートクラブ	除雪、草取り、ごみ捨て、粗大ごみ出し	126
上木戸一丁目西自治会	ごみ捨て	126
上木戸新町自治会	ごみ捨て	127
牡丹山第八区自治会	ごみ捨て	127
下木戸東町自治会	除雪、草取り、花の水やり、ごみ捨て、	128
山木戸14区自治会	ごみ捨て	128
木戸きずな会	ごみ捨て	129
新潟医療生活協同組合 助け合いの会”にこにこ”	買い物、薬取り、ごみ捨て、掃除、洗濯、話し相手、食事介助、トイレ介助	129
思いやり応援隊	買い物、除雪、草取り、ごみ捨て、電球換え、粗大ごみ出し	130
東石山中学校区		
栗山第3自治会	除雪、ごみ捨て、粗大ごみ出し、話し相手	131
ヘルプ南中野山	買い物、薬取り、犬の散歩、除雪、草取り、花の水やり、ごみ捨て、電球換え、話し相手	132
むつみ自治会	買い物、ペットの世話、除雪、草取り、花の水やり、ごみ捨て、電球換え、灯油入れ、粗大ごみ出し、掃除、話し相手	132

家事援助の一覧【東区】

団体名	活動内容	掲載ページ
東石山中学校区		
東中野山 コミュニティ協議会	買い物、薬取り、ペットの世話、除雪、草取り、花の水やり、ごみ捨て、電球換え、灯油入れ、家具の移動、粗大ごみ出し、簡単な修繕、食事作り、掃除、話し相手	133
東ニュータウン自治会	ごみ捨て	133
下山中学校区		
支えあいの会 ヘルプ下山	買い物、薬取り、ペットの世話、除雪、草取り、花の水やり、ごみ捨て、電球換え、家具の移動、粗大ごみ出し、食事作り、掃除、洗濯、話し相手、子ども預かり	117
向陽二丁目自治会	粗大ごみ出し	117
東区全域		
東区まごころヘルプ	買い物、薬取り、ペットの世話、除雪、草取り、花の水やり、ごみ捨て、電球換え、灯油入れ、家具の移動、粗大ごみ出し、食事作り、掃除、洗濯、話し相手、代筆・代読、子どもの預かり	135
生活支援サービス きぼうの手	買い物、薬取り、ペットの世話、除雪、草取り、花の水やり、ごみ捨て、電球換え、灯油入れ、家具の移動、粗大ごみ出し、食事作り、掃除、洗濯、話し相手、食事介助、トイレ介助、代筆・代読	209
新潟市ファミリー・ サポート・センター	子どもの預かり	209

家事援助の一覧【中央区】

団体名	活動内容	掲載ページ
関屋中学校区		
文京町自治会	ごみ捨て	138
関屋大川前四区自治会	ごみ捨て	139
学校町通 三番町3区自治会	ごみ捨て	139
鳥屋野中学校区		
女池四丁目自治会	ごみ捨て	140
和合町1丁目自治会	ごみ捨て	141
下所島二丁目町内会	ごみ捨て	142
上近江二丁目自治会	ごみ捨て	142
宮浦中学校区		
鐙第二自治会	ごみ捨て	143
笹口1丁目町内会	ごみ捨て	143
山潟中学校区		
山潟地区 コミュニティ協議会 (やまがたお互いさま ネットワーク)	除雪、草取り、ごみ捨て、電球換え、家具の移動、話し相手	144
京王自治会	ごみ捨て	144
中央区全域		
保育グループACB (あしべ)	子どもの預かり	146
新潟市ファミリー・ サポート・センター	子どもの預かり	209
中央区まごころヘルプ	買い物、薬取り、ペットの世話、除雪、草取り、花の水やり、ごみ捨て、電球換え、灯油入れ、家具の移動、粗大ごみ出し、食事作り、掃除、洗濯、話し相手、代筆・代読、子どもの預かり	146

家事援助の一覧【江南区】

団体名	活動内容	掲載ページ
亀田中学校区		
亀田第29区 東町町内会	ごみ捨て	150
亀田西中学校区		
有償ボランティア 心和の会	買い物、除雪、草取り	149
亀田西小学校区 コミュニティ協議会	ごみ捨て	151
早通小学校区 コミュニティ協議会	ごみ捨て	151
江南区全域		
生活支援サービス きぼうの手	買い物、薬取り、ペットの世話、除雪、草取り、花の水やり、ごみ捨て、電球換え、灯油入れ、家具の移動、粗大ごみ出し、食事作り、掃除、洗濯、話し相手、食事介助、トイレ介助、代筆・代読	209
江南区住民参加型 在宅福祉サービス リボンの会	買い物、薬取り、ごみ捨て、食事作り、掃除、洗濯、話し相手	148
新潟市ファミリー・ サポート・センター	子どもの預かり	209

家事援助の一覧【秋葉区】

団体名	活動内容	掲載ページ
新津第一中学校区		
新津本町4丁目1区	買い物、除雪、草取り、ごみ捨て、話し相手	155
善道1丁目自治会	除雪	163
中沢町内会	除雪、ゴミ捨て	160
田家3丁目町内会	除雪	162
たか坪の会	除雪、草取り、ごみ捨て、電球換え、灯油入れ、家具の移動、話し相手、粗大ごみだし	158
新津第二中学校区		
こがね町自治会	見守り、除雪、ごみ捨て	166
覚路津自治会	除雪、草取り、話し相手	162
新津第五中学校区		
新金沢町自治会	除雪	156
中新田自治会	除雪	161
たか坪の会	除雪、草取り、ごみ捨て、電球換え、灯油入れ、家具の移動、話し相手	158
金津中学校区		
金津自治会	話し相手	159
小須戸中学校区		
ご近所パワー ふれ愛除雪隊 (天ヶ沢自治会)	除雪	160
舟戸クラブ	除雪、ごみ捨て、簡単な修繕	161
やろうてば(人知笑会)	買い物、除雪、草取り、花の水やり、ごみ捨て、電球換え、簡単な修繕、話し相手、粗大ごみ出し、家具の移動	164
矢代田中央自治会	除雪	163

家事援助の一覧【秋葉区】

団体名	活動内容	掲載ページ
秋葉区全域		
生活支援センター ハーツ	買い物、話し相手、食事作り、掃除、洗濯	157
秋葉区社協 ゴミ出し支援事業	ごみ捨て	159
秋葉区社協 ふれあい福祉サービス	買い物、薬取り、除雪、草取り、花の水やり、ごみ捨て、電球換え、灯油入れ、家具の移動、粗大ごみ出し、食事作り、掃除、洗濯、話し相手、代筆・代読	164
秋葉区社協 プライベートサービス	代筆・代読	165
新潟市ファミリー・ サポート・センター	子どもの預かり	209
生活おうえん隊 べんり屋	買い物、薬取り、除雪、草取り、花の水やり、ごみ捨て、電球換え、灯油入れ、家具の移動、粗大ごみ出し、簡単な修繕、掃除、洗濯、代筆・代読、子どもの預かり	158
生活支援サービス きぼうの手	買い物、薬取り、ペットの世話、除雪、草取り、花の水やり、ごみ捨て、電球換え、灯油入れ、家具の移動、粗大ごみ出し、簡単な修繕、食事作り、掃除、洗濯、話し相手、食事介助、トイレ介助、代筆・代読、子どもの預かり	209
生活サポートかんばら	買い物、除雪、草取り、ごみ捨て、電球換え、灯油入れ、家具の移動、粗大ごみ出し、簡単な修繕、食事作り、掃除、洗濯、	167

家事援助の一覧【南区】

団体名	活動内容	掲載ページ
白南中学校区		
しなのがわ工房 ままや	訪問販売、買い物代行	178
白根第一中学校区		
特定非営利活動法人 ゆうーわ	ごみ捨て	170
小林コミュニティ協議会 お助け隊こばやし	買い物、薬受取り、除雪、草取り、水やり、ごみ捨て、電球換え、家具の移動、粗大ごみ出し、話し相手、代筆・代読	176
臼井中学校区		
臼井自治会	ごみ捨て	172
白根北中学校区		
大通コミュニティ協議会 高齢者支援の会 思いやりネット	買い物、薬取り、除雪、草取り、花の水やり、ごみ捨て、電球換え、灯油入れ、家具の移動、粗大ごみ出し、話し相手、代筆・代読	170
大通南2丁目第2自治会	ごみ捨て	171
味方中学校区		
あじかた思いやりの会	買い物、ペットの世話、草取り、ごみ捨て、食事づくり、掃除、洗濯、話し相手、お墓掃除	178
南区全域		
南区たすけあい 「お互いさま・新潟」	買い物、薬取り、ペットの世話、除雪、草取り、花の水やり、ごみ捨て、電球替え、灯油入れ、食事づくり、掃除、洗濯、話し相手、代筆・代読、子ども預かり	179
新潟市ファミリー・サポート・センター	子どもの預かり	209

家事援助の一覧【西区】

団体名	活動内容	掲載ページ
坂井輪中学校区		
坂井中団地自治会	除雪	181
緑ヶ丘自治会	除雪、話し相手	181
寺尾新町第1自治会	除雪	182
坂井輪中学校区 まちづくり協議会	ごみ捨て、粗大ごみ出し	182
内野中学校区		
内野町三番町自治会	ごみ捨て	183
内野上新町自治会	除雪	183
新中浜町内会	除雪、草取り、ごみ捨て、粗大ごみ出し	184
五十嵐中島自治会	ごみ捨て	184
広通江団地自治会	ごみ捨て、除雪	185
内野山手自治会	除雪、ごみ捨て、電球換え、灯油入れ、家具の移動、粗大ゴミ出し	185
夕映えの会	買い物、薬取り、ペットの世話、除雪、草取り、花の水やり、ごみ捨て、電球換え、灯油入れ、家具の移動、簡単な修繕、掃除、洗濯	186
小針中学校区		
青山3区自治会	除雪	187
松美台第二自治会	買い物、除雪	187
小針幸町自治会	ごみ捨て	188
小針南台自治会	除雪、ごみ捨て	188
青山2丁目自治会	除雪、ごみ捨て	189
東青山1丁目自治会	除雪、話し相手	189

家事援助の一覧【西区】

団体名	活動内容	掲載ページ
小針中学校区		
みんなの家 マナ	子ども預かり	190
五十嵐中学校区		
寺尾上町自治会	ごみ捨て	190
寺尾西二・四自治会	ごみ捨て	191
興人寺尾団地自治会	ごみ捨て	191
晴海ヶ丘自治会	除雪	192
真砂4丁目自治会	除雪	192
寺尾北自治会	ごみ捨て、除雪	193
上新栄町第五自治会	除雪、ごみ捨て	193
松海が丘第二自治会	除雪、ごみ捨て	194
松海が丘第四自治会	除雪	194
慈仁工房	草取り、花の水やり	186
小新中学校区		
自由ヶ丘自治会	除雪、ごみ捨て、粗大ごみ出し	195
小針第二団地自治会	除雪、ごみ捨て、粗大ごみ出し	195
黒崎中学校区		
柳作第二自治会	ごみ捨て	196
関屋中学校区		
浦山五区自治会	ごみ捨て	196

家事援助の一覧【西区】

団体名	活動内容	掲載ページ
西区全域		
傾聴ボランティア 陽だまり	話し相手	197
新潟市ファミリー・ サポート・センター	子どもの預かり	207
西区まごころヘルプ	買い物、薬取り、ペットの世話、除雪、草取り、花の水やり、 ごみ捨て、電球換え、灯油入れ、家具の移動、粗大ごみ出し、 食事作り、掃除、洗濯、話し相手、代筆・代読、子どもの預かり	198

家事援助の一覧【西蒲区】

団体名	活動内容	掲載ページ
岩室中学校区		
はまなす	買い物	203
阿部商店	買い物	205
西川中学校区		
(有) 阿部新聞店	買い物、ペットの世話、電球換え、家具の移動	204
支えの会微笑	買い物、ごみ捨て、電球換え	204
潟東中学校区		
横戸・卯八郎受 ささえ愛ネット	買い物、薬取り、草取り、花の水やり、ごみ捨て、電球換え、灯油入れ、家具の移動、粗大ごみ出し、簡単な修繕、話し相手、代筆・代読	202
島方支え合いの会	買い物、薬取り、除雪、花の水やり、ごみ捨て、電球換え、灯油入れ、家具の移動、粗大ごみ出し、簡単な修繕、話し相手、代筆・代読	207
称名 ささえ愛ネット	買い物、薬取り、ペットの世話、除雪、草取り、花の水やり、ごみ捨て、電球換え、灯油入れ、家具の移動、粗大ごみ出し、簡単な修繕、掃除、洗濯、話し相手、代筆・代読	207
巻東・西中学校区		
(有) 古寺新聞店	買い物	203
西蒲区全域		
新潟市ファミリー・ サポート・センター	子どもの預かり	209

