

独りボランティアを一緒にしませんか？

「もう、群れたくない！」年寄りでもできることがあると
独りボランティア、始めました！

ちょこっとお助け隊

～現在の活動地域～

三鷹市*井口、深大寺、野崎、上連雀、大沢
武蔵野市*境南町、境地区

～活動実績～

93件（2017年度）

¥100/10分

ワンコイン
ボランティア

～依頼内容～

服薬確認、照明器具交換、換気扇・窓ガラス清掃
郵便投函、病院付添、買物、家財の移動、庭木の
水やり、年賀状作成、部屋の片付け、雑草取り
家の換気、車椅子外出、診察券提出など

- ★近隣地区での「小さなお助け隊」が連携協力し合い、「ゆる～い繋がり」ながらお助け隊の輪による社会参加を目指します！
- ★現在3名のメンバーが活躍中。
- ★事務局、連携などを手伝ってくれる応援団も増えつつあります！

メンバーの声

●高校進学などで困りごとはありませんか？新入学、転入学、編入学などについて説明します。私立の通信制高校に40年勤務していました。無料です。まずは電話かメールでご相談ください。一歩でも早く動かないと！！

松本 輝一

ちょこっとお助け隊 / 大沢

お問い合わせは下記までご連絡ください

お電話：090-3205-0340

メール：otasuketainowa@gmail.com

