

サポート

め

く

も

り

地域の

# たすけあい

活動

スキマ時間でできる

はじめてみませんか？

資格・経験不問

## 説明会日程

協力会員大募集！

9/30 (火) 14:00~15:30

ハイライフプラザいたばし1階会議室  
(板橋1-55-16)

10/29 (水) 14:00~15:30

常盤台地域集会室 洋室A  
(常盤台3-27-1 常盤台区民事務所2階)

11/26 (水), 27 (木) 14:00~15:30

さーどふれいす@まもりん坊ハウス  
(上板橋2-30-2 上板南口銀座商店街事務所内)

12/19 (金) 14:00~15:30

板橋区立グリーンホール 101会議室  
(栄町36-1)

令和8年

1月

開催予定

板橋区立志村ふれあい館  
(志村3-32-6)

2/24 (火) 14:00~15:30

高島平区民館 集会室(洋室)  
(高島平3-12-28)

3月

開催予定

板橋区情報処理センター  
(板橋2-65-6)

説明会持ち物 ▷ ①身分証明書 ②印鑑 ③ゆうちょ銀行口座番号 ④顔写真(3cm×3cm)

※事前にお電話にてお申込みください。日程が合わない場合は、個別でのご相談に応じます。

## 申込・問合せ

電話番号

03-3964-1185

活動の詳細は  
裏面参照→

社会福祉法人 板橋区社会福祉協議会  
サポートめくもり

板橋区板橋2丁目65番6号板橋区情報処理センター

# サポートぬくもりとは？

地域の皆さんの参加と協力による住民相互の支え合い（会員制の住民たすけあいサポート事業）の活動です。

生活上の支援が必要な方が地域社会の一員として、住み慣れた家や地域で安心し、自立して暮らしていけるように応援しています。

サポートぬくもりの趣旨に賛同する18歳以上の方であれば、「協力会員」としてご登録いただけます。

## こんな活動があります



### 家事援助

調理・掃除  
・買い物など



### 子育て応援

1～3歳までのお子様がいる家庭への家事援助

### 話し相手



### 外出援助

通院や散歩の付き添い、車いす介助など



### 季節の準備

草取りや衣替えなど



このほかにも  
さまざまな活動があるので、  
ご自身の「できること」が活かされます。

### 謝礼金

サポートぬくもりの活動にご協力いただいた**協力会員**様に対し、**1時間あたり700円～1000円**の謝礼をお支払いしています。



板橋社協  
ホームページ



板橋社協  
X (旧Twitter)