

## トピック

ささえあい講座開始にあたり、ご協力いただきありがとうございました！

**刈谷西部地区** 健康いちばん教室、吹き矢教室、ぜんざいサロン、司グラウンドゴルフ

**小垣江地区** れんげの会、グラウンドゴルフ、ツバメ会、カラオケ、小垣江クラブ、小垣江かもめ、茶話会、健康麻雀、さずな会

**一ツ木地区** ふじの会、クローバーの会、囲碁・将棋、グラウンドゴルフ、カラオケ同好会(男子)、一ツ木いずみ、公園清掃

その他 刈谷市民ボランティアセンター、刈谷市地域包括支援センター、ボランティア連絡協議会、民生委員研修会、ケアマネージャー、年金者組合刈谷支部

## 最新ニュース！

ちょこっとささえあい公式LINEが始まります。ぜひご登録ください。



令和6年12月1日より

ちょこっとささえあい事業の実施地区が拡大します。  
西境地区・高津波地区・野田地区にお住いのみなさまよろしくお願ひします。



## 一ツ木地区・刈谷西部地区・小垣江地区でサポーター講座開催しました

〈一ツ木地区〉

6月17、20、26日に開催

受講者 54名

〈刈谷西部地区〉

6月21、25、26日に開催

受講者 22名

〈小垣江地区〉

6月19、24、27日に開催

受講者 24名



各地区で開催したささえあい講座には30代から80代まで幅広い方々が受講されました。受講後にサポーター登録された方はこれから住民同士でそれぞれのちょっとした困りごとを解決していくお手伝いをしていきます。住み慣れた地域でこれからも心地よく生活していきましょう。

## センターでの定期講座と交流会のお知らせ

ちょこっとささえあいセンターでは毎月定期講座を行っています。現在、サポーターの登録者数は102名で、事業対象地区以外の方も多く受講され、今後実施地区の拡大の際の活躍を期待しています。

今後の講座の予定は  
令和6年11月19日(火)  
12月19日(木)  
令和7年 1月18日(土)  
2月19日(水)  
3月21日(金)  
場所はいずれもボランティアセンター内談話スペース、10時から1時間程度。申込みは不要です。

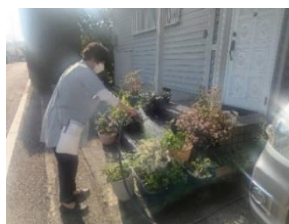
サポーター交流会では中部地域包括支援センターの方から認知症についてお話しいただき、その後に茶話会を予定しています。まだ活動の場がない方もありますが、情報交換のため参加してみてください。

サポーター交流会の開催  
日時:11月30日(土)10時~11時30分  
場所:刈谷市民交流センター1階  
「認知症のこと 知ってみましょう」

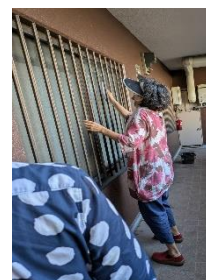


## 7月からマッチングが始まり、活動開始

ゴミ捨ては毎週必要な家事の一つですね。一人の方に対して複数のサポーターの方が交代で手伝っています。



室内や窓などの掃除では利用者さん宅の希望する方法でお掃除を行います。



ゴミ捨ての後に植木の水やりを行っていることもあります。30分でできることは色々あります。



“サポーター登録者数”

102名

“利用登録者数”

24名

“マッチング件数”

7月 23回

8月 18回

9月 14回

## 活動の様子をキャッチが取材「地域の今」

### お手伝いその①

かぼちゃなどかたい野菜を切ることが難しくなった方の料理の下準備を手伝っている様子です。これまで仕方ないと思っていたこともまたできますね



### 手伝いその②

高齢になって、家の掃除が行き届かなくなった。以前のように手入れができないなど日々の生活の中で抱えるちょっとした不便を地域の方のお手伝いで解決できたらいいですね



水を使うお掃除でしたが暑い時なので、2人で手分けしてお掃除しました。(現在7～9月屋外のお手伝いは中止です)



ちょこっとささえあいセンター  
刈谷市東陽町1丁目 32-2  
刈谷市民交流センター1階  
☎0566-63-6055

受付:9:00~17:00

休み:日曜日・月曜日(祝日の場合はその翌日も)・祝日(土曜日が祝日の場合は営業)・年末年始

## 利用の方とお手伝いしたサポーターの声

### ☆利用者

身の回りのことが出来なくなってきた。ちょこっとささえあいを使ってゴミ捨てに困ったときに対応してもらい安心して生活できます。手早く片付けてもらって助かった。

### ☆サポーター

料理の下準備のお手伝いした時にすごく感謝されて「やってよかった」という気持ちになります。ゴミ出しは少しの時間で終わってしまうので申し訳ないくらいだけど、「助かって

いる」と言ってもらえるのでこれからも続けていきたいと思う。

今年度、刈谷市長寿課より「ちょこっとささえあいセンター」の業務を受託しました。高齢者の方のちょっとした困りごとを市民同士がささえあう仕組みを構築していく事業です。すでに当法人は設立当初より、外出や日常生活支援を自主事業として行ってきました。今年度はモデル地区として3地区に限り実施されますが近い将来、刈谷市全地区に展開される予定です。今までの私たちの経験を活かして全力で取り組んでいきたいと思えます。

NPO 法人ラル あゆみ 理事長 畑和子