

# ボランティア活動員 募集!

誰かのためにできることを  
「ほっとボラ」で見つけて一緒に活動しませんか?

## ほっとボランティア活動のQ&A

### 「ほっとボラ」って何?

ご近所さんがちょっと困っている事を  
ボランティア活動員ができる範囲で  
手助けする会です

### あまり得意なこと、ないけど?

どなたでもできる簡単な内容で、  
特別な技能はいりません  
出来そうなことをしてもらえれば  
結構です

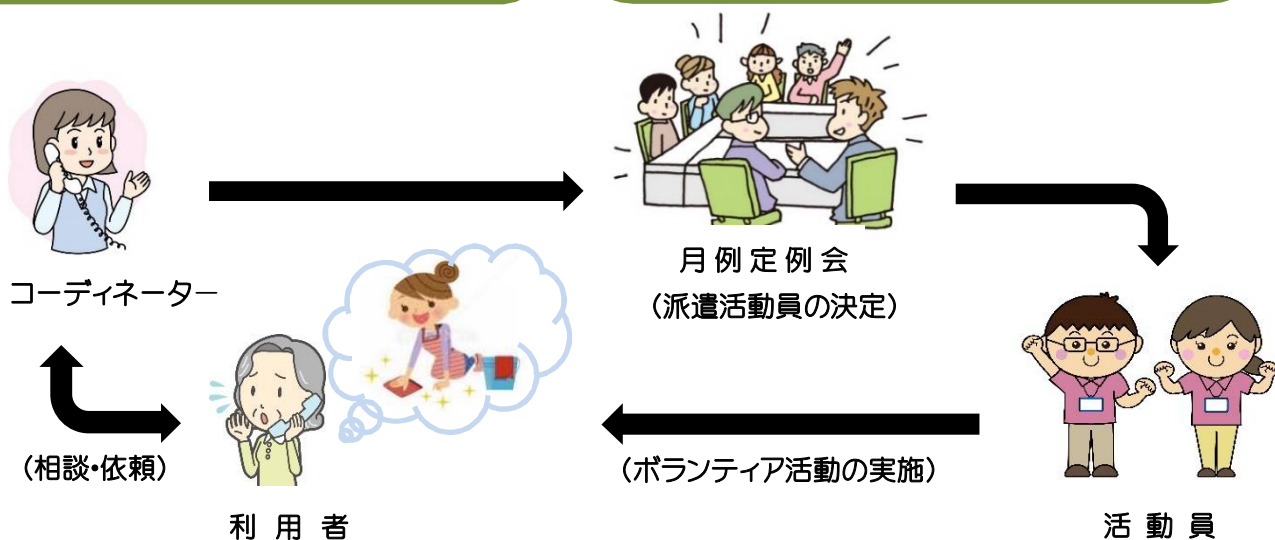
### どんな人たちがボランティア 活動員になっているの?

40~70歳代の男女約20名で、  
会社員、パートの方々も活動して  
います

### 月に何日ほど活動するの?

毎月30件程度のボランティア要  
請があり、依頼内容によりますが、  
活動時間は日中の1, 2時間です  
活動日数は都合の付く時で、  
月に0回~4回です

活  
動  
の  
流  
れ



【ふれあいの丘ほっとボランティアの会 (通称「ほっとボラ」)】

ふれあいの丘連合自治会地域で支え合い活動をするグループです  
後援 【ふれあいの丘連合自治会】 【ふれあいの丘地区社会福祉協議会】

※お仕事をされている方でも  
まずは気軽にお電話ください!

【連絡先】 会長 神原正明

E-mail: masa-kam@green.ocn.ne.jp

☎ : 090-4206-8720





# 日常生活のちょっとしたことを 手伝ってほしいという方へ

## 「ほっとボラ」のメンバーがお手伝いします！

ふれあいの丘連合自治会地域で支え合い活動をしています

### 家の掃除・片付け

部屋・廊下・トイレなどの  
屋内や、窓・網戸などの  
外回りの掃除や片付け



### 簡単な庭の手入れ

庭の草むしり、敷地外  
に出た木の枝おろし



### 通院の付き添い

通院時の歩行介助や車椅子  
介助など、ご自宅から  
病院まで、安全安心な行き  
帰りをサポート



### 買い物・散歩の付き添い

買い物や散歩など、  
お一人での外出が  
心配の方と一緒に  
お出かけ



ボランティア依頼はこちらへ

コーディネーター専用連絡先  
(受付時間: 平日9時~17時)

■ 神原 正明 ☎070-4511-6933 ■ 早田 和代 ☎070-4511-6847

資格や専門的な知識・経験を必要とする場合などお手伝いできない場合があります。

利用料金

初回事務手数料 100 円

利用券は4枚綴り 2,000 円

1時間・1人

500 円

【ふれあいの丘ほっとボランティアの会  
(通称「ほっとボラ」)】

後援 【ふれあいの丘連合自治会】 【ふれあいの丘地区社会福祉協議会】  
発行責任者: 神原正明 (ほっとボラ会長)