



NPO法人
ふるさとづくり妙高

妙高“生活支援”ネットワーク



「生活支援 利用会員」に登録すれば、
日々の生活の中で困っていることを解決できるかもしれません。
まずは、生活支援コーディネーターへ → TEL 82-4400



登録
無料



『あなたらしく生きるために
少しのお手伝いいたします』



※ 詳しくは、裏面をご覧ください。

【事業目標】

「誰もが生きがいを持って、その人らしい生活を維持できる」地域を目指し活動を行います。目指す地域の実現には、自治会・地域団体・そしてここで生きる地域住民の連携・協力が必要であり、妙高地域の様々なネットワークをつなげ・活かすことで新たなものを創造・創出することを目指します。

※この「妙高“生活支援”ネットワーク」事業は妙高市地域の元気づくり活動補助金を受けて実施しています。

妙高“生活支援”ネットワーク

生活支援 利用会員とは?



Q. 妙高“生活支援”ネットワークって何?

- A. あなたのちょっとした困りごとをお手伝いする、有償ボランティアです。
※利用会員は支援してもらった時間によって利用料金がかかります。
※利用会員は、NPO法人ふるさとづくり妙高の会員である必要があります。



Q. どんなことをしてくるの?

- A. 例えばこんなことを支援します↓
- 電球の交換・掛け時計の電池交換など → 高いところに上るのが怖い。
 - 1人でできないことの手助け → 家具を移動したい。大きなゴミを捨ててきてほしい。
 - 買い物代行 → お願いされたものを代わりに買ってきます。
 - 買い物付添 → 買い物に行きたいけど移動が困難。自分の目で見て買い物がしたい。
 - 通院の送迎 → 公共交通では移動が困難。
- ※支援の内容によっては出来なこともあります。
※支援の範囲は、妙高市内・上越市内に限ります。



Q. 利用料金はどれくらい?

- A. 利用料金は30分以内であれば400円です。
- 30分を超えた場合は、30分毎に400円が加算されます。
- ※買い物・通院など車での支援が必要な場合は、上記料金に30分100円が加算されます。
- ※車での支援の場合、1人でも利用できますが、1台の車に複数名が乗った時は、上記料金をその人数で割ってお支払いいただきます。
- 例えば→1台の車に4人乗って1時間かけて買い物を行った。
(利用料金 800円 + 車加算 200円) ÷ 4人 = 1人 250円
- ※電球交換などで物品費が発生した場合は、実費負担となります。



Q. どうやって利用するの?

- A. 妙高ふれあいパーク(TEL 82-4400)生活支援コーディネーターまでお電話ください。
詳しい内容をお伝えさせていただきます。



「生活での困りごと」「地域での困りごと」「こんな取り組みをしてみたい」
などありましたら、お気軽にご相談ください。

生活支援コーディネーター 望月 、 小野

対応時間 : 平日9時~17時 、 電話 82-4400(妙高ふれあいパーク内)