

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

ハイレブプラザいたばし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

電話番号

03-3964-1185

板橋区板橋2丁目65番6号板橋区情報処理センター

活動の詳細は
裏面参照→

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て、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。

