

# 皆さんの力を少し お貸しいただけませんか？

～地域でできる福祉ボランティア活動～

## 調理

- 内 容：地域にお住いのひとり暮らし高齢者等を対象にお弁当をつくりまします。
- 時 間：午前9時から正午
- 形 態：おおむね8人1グループで活動し、現在7グループあります。活動はおおむね2か月に1～2回です。

## 配達

- 内 容：地域にお住いのひとり暮らし高齢者等へ声掛けしながらお弁当を届けまします。
- 時 間：午前11時から正午
- 形 態：2人1組で4方面に分けて配達しまします。活動は、おおむね1か月に1回です。

## 送迎

- 内 容：要介護認定を受けている高齢者や障がいのある方等を対象に、旧長岡市内への通院送迎を行います。  
※三島では「送り」のみで活動
- 時 間：随時
- 対 象：74歳以下の健康な方で2年以上運転免許停止処分を受けていない方
- 形 態：利用者をボランティアの自家用車で医療機関まで送ります。(実費として1km 20円をお支払しまします。)

## 生活支援

- 内 容：ひとり暮らし高齢者や障がいのある方等を対象に、掃除や洗濯、簡易な雪かきなどの手伝いを行います。
- 時 間：随時（1回の活動でおおむね1時間）
- 形 態：利用者からの依頼に合わせて地区社協事務局で調整し要望にあった活動を行います。(特に資格を持たなくてもできる範囲の活動です)



### 【お問い合わせ先】

長岡市社会福祉協議会三島支所（三島地区社協事務局）  
長岡市上岩井 1261-1（長岡市三島支所内）  
電話 42-3760 / FAX 42-3761