

♥ あたたかい 心の助け合い 始めませんか

「おたがいさま水戸」って???

少子高齢化を迎え、日常生活において見守りやちょっとしたお手伝いといったニーズが更に増えていきます。

とりわけ高齢者は介護保険制度に則ったサービスだけではなく、柔軟で多様なサービスが求められています。

そのため多くの組織が連携し、地域の誰もが安心して利用できる新しい組織「おたがいさま水戸」を設立します。

- * 暮らしの中で困ったことがある場合に、応援する取り組みです。
- * 活動エリアは水戸市とし、利用者は水戸市内にお住まいの方とします。
- * 私にできることで、人の役に立ちたいという想いをつなぎ、一歩をふみ出す自分づくりを応援します。

おたがいさま 水戸

“安心してらせる地域社会づくり”をめざして
地域みんなが参加し、地域みんなでつくる
助け合いのある地域づくりのために



困った時はお気軽にお電話ください

おたがいさま水戸 事務局

✿ お問い合わせ先 ✿

茨城保健生協 内

電話 029-303-5333

FAX 029-221-9342

受付時間 月～金 10時～16時
(土日祝日、8/15、12/29～1/3は休み)



手伝ってほしいけど
誰かにお願い
できないかな？

利用者

応 援

利用料+交通費（実費）

生活応援
サポーター

自分にできる事で
誰かのお役に
立ちたいな！

訪問
申込み

連絡
調整

おたがいさま水戸

コーディネーター

利用したい方

応援したい方

困ったことや悩みごとがある時には、気軽
にお電話ください。

コーディネーターがご相談に応じます。

★困っている方ならどなたでも。

《利用料》

平日 月～金 9時～17時 1時間 1,000円
上記以外の時間・土日祝日 1時間 1,200円
他、交通費実費

◇1時間当りの利用料のうち200円は運営費
となります。

◇入会金、年会費は不要

◇1時間から利用可
（30分単位でもご相談に応じます）



✿ 利用と応援の例 ✿

家事応援

買い物・掃除・洗濯・
食事づくり・縫い物・
産前産後の手伝い 他

介助応援

付き添い（散歩・通院・
買い物等）・話し相手・
ゴミ出し 他

育児応援

乳幼児・子どもの世話・
保育園等の送り迎え・
サークル等の集まりの託児
他

その他

庭の草取り・草刈り・
薬取り・電球交換 他

※その他、困ったらなんでもご相談ください。応援者の中で
依頼内容に対応できる人がいればお受けいたします。

都合の良い時、有償で、あなたの得意な
ことで応援していただきます。

生活応援サポーターの登録をお願いします。

★コーディネーターと相談しながら、応援内容や
曜日・時間を決めます。

《応援料》

平日 月～金 9時～17時 1時間 800円
上記以外の時間・土日祝日 1時間 1,000円
他、交通費実費

◇水戸市やその周辺にお住まいの方で、
16歳以上の方

◇資格、経験、性別は問いません。
（組合員に限りません）

◇入会金、年会費は不要

