



住民主体による生活支援サービス

各地域で住民のボランティア団体による、高齢者などを対象とした生活支援サービスを提供しています！

通所型サービス

各地域の高齢者を対象としたつどいの場。公民館等が集まって、体操やゲーム、昼食会など、それぞれの地域で特色ある活動をしています。送迎がある地域もあります。



訪問型サービス

高齢者のご自宅に訪問し、日常生活上のちょっとした困りごとに対して手助けします。庭の草取り、部屋の掃除、買い物代行など、**住民ボランティア**で対応可能な活動になります。



あぶ川サロン、あぶ川サロン・カレーの日 あぶ川サロン・絵手紙

川上
地区

- ◆活動拠点 川上総合事務所ほっとカフェ
- ◆実施内容 サロン活動、カレーの日、絵手紙
- ◆利用者負担金 100円～
- ◆実施頻度・人数 月1～2回・25～30人程度
- ◆実施団体名 川上地区社会福祉協議会
- ◆問合せ先 TEL 0838-54-2645

注目!

子どもたちとの交流やおでかけ、楽しい企画で待ってます。気軽にご参加ください。

川上おてごの会

川上
地区

- ◆活動拠点 川上総合事務所
- ◆実施内容 屋内作業・屋外作業・ゴミ出し・買い物支援・通院同行等
- ◆利用者負担金 30分 300～600円(内容による)
- ◆実施団体名 川上地区社会福祉協議会
- ◆問合せ先 TEL 0838-54-2645

注目!

困った事は、気兼ねなくご相談ください。私たちが、できる事をお手伝いします。

申し出により掲載取り止め

たまらぼ

江崎
地区

- ◆活動拠点 ぬくもり
- ◆実施内容 受診送迎・掃除・買い物代行・草取り洗濯支援など
- ◆利用者負担金 600円/30分
- ◆実施団体名 NPO 法人田万川地域サポート21
- ◆問合せ先 TEL 080-1942-9470(事務局携帯)
TEL 08387-3-2565(ぬくもり内事務局)

注目!

有償ボランティアさん輝いています。おかげさまで江崎の方に大変ご好評いただいております。

みのりの広場・出張美容室

小川
地区

- ◆活動拠点 小川交流センターみのり
- ◆実施内容 サロン活動・出張美容室・3世代イベントの開催
出張衣料品販売・JA 移動販売
VO 協力員・高齢者学級・子供会との交流行事
- ◆利用者負担金 500円
(出張カットのみ 男 1,100円 女 1,600円)
- ◆実施頻度・人数 月2回・40人程度
- ◆実施団体名 小川ささえ隊
- ◆問合せ先 TEL 08387-4-0211

注目!

みんな集まれ！ みのりの広場

ふれあい訪問・ちょこっとサービス

小川
地区

- ◆活動拠点 小川交流センターみのり
- ◆実施内容 独居高齢者・高齢者世帯の訪問
家の周りの草刈り・庭の草むしり
電球の取り換え・雨どいの掃除
雪かき・灯油入れ、外出支援など
- ◆利用者負担金 30分・1作業 500円
- ◆実施団体名 小川ささえ隊
- ◆問合せ先 TEL 08387-4-0211

注目!

困った時はお互いさま！ ひとりの課題も地域で解決!!

月曜サロン、男性サロン、ひだまりランチ&カフェ・季節行事、買い物支援、お出かけ

むつみ地区

- ◆活動拠点 むつみ世代間交流拠点施設《ひだまりの里》
- ◆実施内容 外出支援・サロン・交流イベント開催
ランチ&カフェ（カレーの日・牛丼の日）
- ◆利用者負担金 200円～
- ◆実施頻度・人数 月曜サロン 週1回・15人程度
男性サロン 月1回・10人程度
ひだまりランチ&カフェ・季節行事 偶数月に1回
買い物支援 年6回・6人程度
お出かけ 年1回・20人程度
- ◆実施団体名 むつみ元気支援隊
- ◆問合せ先 TEL 08388-6-0118



ランチ&カフェは誰でも参加できます。
みんな おいでませ！！

むつみ愛サービス

むつみ地区

- ◆活動拠点 むつみ世代間交流拠点施設《ひだまりの里》
- ◆実施内容 ちょっとした困りごと
買い物代行・散歩介助・電球交換・話し相手
家事代行（炊飯、掃除、洗濯物取入、灯油入れ）
ゴミ出し（可燃ごみ、プラゴミ、不燃ごみ、缶ビン）
タイヤ運搬・小修理・庭木剪定・草取り・除雪・ズボン裾上げ・代筆
外出支援
- ◆利用者負担金 100円～/30分（年会費500円）
- ◆実施団体名 むつみ元気支援隊
- ◆問合せ先 TEL 08388-6-0118



ちょっとした困りごとのお手伝いをします。
困ったら電話してください！！

須佐ふれあい広場

須佐地区

- ◆活動拠点 須佐保健センター
高齢者・障害者支援センター
- ◆実施内容 和（なごみ）、ゲームサロン
- ◆利用者負担金 実費
- ◆実施頻度・人数 月1回・20～50人前後、月2回・5～12人
- ◆実施団体名 須佐地区社会福祉協議会
- ◆問合せ先 TEL 08387-6-2204



地域のボランティア団体が担当され、紙芝居やなぞなぞ、ゲーム、少し体を動かしての音楽療法、簡単な作品作り、音楽鑑賞、買い物ツアー等、笑顔でほっこりタイムをプレゼントするためにアイデアいっぱいの出し物を提供し、参加者のみなさんが住み慣れた地域で元気に過ごしていただくための活動をしています。また、令和6年度から健康マージャンを中心としたゲームサロンも開始しました。

もやいサービス

須佐地区

- ◆活動拠点 須佐公民館
- ◆実施内容 住居清掃、整理整頓、調理、洗濯、草刈、家事、ゴミ出し、買い物、通院などの生活全般の支援活動
- ◆利用者負担金 登録料（終身会費1,000円）
30分300～500円
- ◆実施団体名 NPO 須佐元気なまちづくりネット
- ◆問合せ先 TEL 08387-6-2310



「もやい（もやい合う）」とは、分け合う、助け合うという方言です！

ちよっとひと休み

弥富地区

- ◆活動拠点 弥富老人憩の家
- ◆実施内容 買い物や受診後のバスお待ち時間、話とぎのない高齢者が集いサロンを開催。
外出型サロンも実施
- ◆利用者負担金 300円（食事提供時のみ）
- ◆実施頻度・人数 毎週火曜日・20人程度
- ◆実施団体名 弥富でっぴん会
- ◆問合せ先 TEL 08388-8-2100



雑談をして、笑って元気に小物作りや折り紙で指先を動かしましょう。

ちよっとサービス

弥富地区

- ◆活動拠点 弥富公民館
- ◆実施内容 ①ゴミ出し・灯油入れ
②草取り・買い物代行・雪かき・簡単な大工仕事
③通院送迎・買い物送迎
- ◆利用者負担金 年会費1,000円（登録会員）
①300円/30分②500円/30分
③2人役1,000円/30分
- ◆実施団体名 弥富でっぴん会



1人で悩まず、転ばぬ先の相談。

たいやきサロン、ミニサロン

明木地区

- ◆活動拠点 旭マルチメディアセンター
- ◆実施内容 サロン（交流）
- ◆利用者負担金 100～300円
- ◆実施頻度・人数 月4回・10～50人程度
- ◆実施団体名 明木地区社会福祉協議会
- ◆問合せ先 TEL 0838-55-0800



おしゃべりして、笑って、体も動かして！生活のためになるお話しもあり、毎月楽しいメニューで開催中！毎週水曜日のミニサロンでは折り紙も楽しんでいます。

手助けグループ

明木地区

- ◆活動拠点 旭マルチメディアセンター
- ◆実施内容 買い物、草刈り、ゴミだし、通院同行等等
- ◆利用者負担金 300～500円/30分（内容による）
- ◆実施団体名 明木地区社会福祉協議会
- ◆問合せ先 TEL 0838-55-0800



「一人一人の困りごとに寄り添い支える」をスローガンに取り組んでいます！まずは、ご相談を。

ささなみ・お気楽サロン、
ほっとサロン、ゲームサロン、健康マージャン教室
理美容サロン、ちよこっとサロン、おでかけサロン

佐々並
地区

- ◆活動拠点 旭活性化センター・社協旭事務所
- ◆実施内容 サロン（交流）・ゲーム・マージャン等
- ◆利用者負担金

ささなみ・お気楽サロン 月会費 500 円、ほっとサロン月会費 200 円
ゲームサロン 年会費 1,000 円、健康マージャン教室 年会費 500 円
理美容サロン 月会費 2,000 円、ちよこっとサロン 年会費 1,000 円
おでかけサロン（内容による）

- ◆実施頻度・人数 週1～2回
ささなみ・お気楽サロン 30 人程度、ほっとサロン 50 人程度
ゲームサロン 7 人程度、健康マージャン教室 15 人程度
理美容サロン 7 人程度、ちよこっとサロン 7 人程度
おでかけサロン 20 人程度

- ◆実施団体名 佐々並地区社会福祉協議会
- ◆問合せ先 TEL 0838-56-0856

注目! 60 歳～90 で様々な年代に対応できるサロンをご用意しています。サロンに出かけて人と会うことが元気の秘訣です。みなさまの参加をお待ちしています！

おたすけクラブ

佐々並
地区

- ◆活動拠点 社協旭事務所
- ◆実施内容 草刈、草取り、生垣の剪定、家内掃除全般、墓掃除、大工仕事、通院同行他
- ◆利用者負担金 1 人役 30 分 500 円
- ◆実施団体名 佐々並地区社会福祉協議会
- ◆問合せ先 TEL 0838-56-0856



注目! ちょっとした困りごとに対応できるよう、会員 22 名で活動しています。お気軽にご相談ください。

ふくふくサロン

福川
地区

- ◆活動拠点 ふくえ～る
- ◆実施内容 ラジオ体操・ゲーム・お菓子作り・保育園児との交流、日帰り旅行
- ◆利用者負担金 100 円
- ◆実施頻度・人数 月 2 回・20 人程度
- ◆実施団体名 福川地区社会福祉協議会
- ◆問合せ先 TEL 0838-52-0338

注目! いつも元気な笑い声が聞こえています。ぜひ、参加してください。送迎、ありますよ。

福川おたすけ隊

福川
地区

- ◆活動拠点 ふくえ～る
- ◆実施内容 草刈り、電球の取替、窓ふき
- ◆利用者負担金 1 人当たり 500 円/30 分
- ◆実施団体名 福川地区社会福祉協議会
- ◆問合せ先 TEL 0838-52-0338

注目! お盆前やお正月前の活動が中心です。担い手の方、大募集！ぜひ、一緒に活動してみませんか。

ほほえみサロン

紫福
地区

- ◆活動拠点 農事組合法人ふくえ
- ◆実施内容 保育園児との交流・手遊び・ゲーム・日帰り旅行
- ◆利用者負担金 100 円
- ◆実施頻度・人数 月 2 回・20 人程度
- ◆実施団体名 紫福地区社会福祉協議会
- ◆問合せ先 TEL 0838-53-0148

注目! 少ない人数ですが、楽しく活動中！興味がある方、寄っといで。送迎もします。

ささえ愛サービス

紫福
地区

- ◆活動拠点 農事組合法人ふくえ
- ◆実施内容 草刈り、窓ふきなど
- ◆利用者負担金 300～500 円/30 分
- ◆実施団体名 紫福地区社会福祉協議会
- ◆問合せ先 TEL 0838-53-0148

注目! 相談に応じて、随時、対応できるようにしています。できることをできる範囲で、活動します。

花いちもんめ

三見
地区

- ◆活動拠点 三見公民館
- ◆実施内容 体操・ゲーム・レクリエーション
おでかけ（年 2 回）
- ◆利用者負担金 500 円程度
- ◆実施頻度・人数 月 1 回・20～50 人程度
- ◆実施団体名 三見地区社会福祉協議会
- ◆問合せ先 TEL 0838-27-0300

注目! 閉じこもりを予防するため、レクリエーションをしたり年に数回バスを使ってお出かけもします！

おてごの会

三見
地区

- ◆活動拠点 三見公民館
- ◆実施内容 草取り・草刈り・電球交換・ゴミ出し・刃物研ぎなど
- ◆利用者負担金 300 円/30 分
- ◆実施団体名 三見地区社会福祉協議会
- ◆問合せ先 TEL 0838-27-0300

注目! ちょっとした困りごとの支援を地域みんなでいきます！

お〜い 元気かい！

大井
地区

- ◆活動拠点 大井公民館
- ◆実施内容 福祉・健康講座・昼食・おしゃべり会など
- ◆利用者負担金 500円
- ◆実施頻度・人数 月1回（20日）・30人程度
- ◆実施団体名 大井地区社会福祉協議会
- ◆問合せ先 TEL 0838-28-0300

注目!

毎月1回、「元気やったかね〜！」と声を掛け合います。
手作りランチも好評です。
たくさんの方の参加をお待ちしています！！

ちよこつと手助け

大井
地区

- ◆活動拠点 大井公民館
- ◆実施内容 買い物支援・草取り・ゴミ出しなど
- ◆利用者負担金 100〜500円/30分
- ◆実施団体名 大井地区社会福祉協議会
- ◆問合せ先 TEL 0838-28-0300

注目!

ちよつとした困りごとのお手伝いをしています。
作業内容については、大井地区社協までご相談ください。

阿牟の里

大井
地区

- ◆活動拠点 大井公民館
- ◆実施内容 おしゃべり・手芸など
- ◆利用者負担金 なし
- ◆実施頻度・人数 週2回・数人
- ◆実施団体名 大井地区社会福祉協議会
- ◆問合せ先 TEL 0838-28-0300

注目!

ちよつとした作業をしながら楽しくおしゃべりができます。

わくわくサービス

見島
地区

- ◆活動拠点 見島地区社会福祉協議会
- ◆実施内容 移動支援、買い物、ゴミ出しなど
- ◆利用者負担金 200円/1時間
- ◆実施団体名 見島地区社会福祉協議会
- ◆問合せ先 TEL 0838-23-3000

注目!

ちよつとした困りごとのお手伝いをしています。
渡船場までの移動支援など、お気軽にご相談ください。

わくわくハウス

見島
地区

- ◆活動拠点 見島地区社会福祉協議会
- ◆実施内容 おしゃべりなど
- ◆利用者負担金 なし
- ◆実施頻度・人数 週3回・数人
- ◆実施団体名 見島地区社会福祉協議会
- ◆問合せ先 TEL 0838-23-3000

注目!

事務所を開放しています。マッサージ機やピアノ、いろいろなものを置いています。

わくわく見島

見島
地区

- ◆活動拠点 見島公民館
- ◆実施内容 高齢者のつどいの場
- ◆利用者負担金 300円
- ◆実施頻度・人数 1ヶ月に1回・20人程度
- ◆実施団体名 各種団体
- ◆問合せ先 TEL 0838-23-3005

注目!

わくわくする1日を過ごしませんか？
介護予防の体操や、ゲーム、カレーライスランチと楽しいことが待っています！

サロンかもめ

大島
地区

- ◆活動拠点 大島老人憩いの家
- ◆実施内容 高齢者の憩いの場づくり
- ◆利用者負担金 400円、12月（そばの日）は500円
- ◆実施頻度・人数 月1回
- ◆実施団体名 大島地区社会福祉協議会
- ◆問合せ先 TEL 0838-28-1034

注目!

みんなが楽しくワイワイしゃべりながら、手作りのおいしい食事のできるそんな集いの場です！

しまカフェ

相島
地区

- ◆活動拠点 いきいきセンター
- ◆実施内容 おしゃべり、お茶会など
- ◆利用者負担金 100円
- ◆実施頻度・人数 不定期
- ◆実施団体名 相島地区社会福祉協議会
- ◆問合せ先 TEL 0838-25-2211

注目!

令和3年度より始めました。
住民の憩いの場としてオープンします。

みんなのJOYでレッツエンジョイ！

萩
地域

- ◆活動拠点 JOY201 (萩・田町商店街内)
- ◆実施内容 体操・レクリエーション・音楽鑑賞・健康講話・健康相談ほか
- ◆利用者負担金 600円程度
- ◆実施頻度・人数 毎月第2火曜・20~40人程度
- ◆実施団体名 萩市社会福祉協議会
- ◆問合せ先 TEL 0838-22-2289

注目!

どなたでもご参加いただけます。
みんなで楽しく賑やかな時間を過ごしましょう！

木間地区フレンドリィバス！

木間
地区

- ◆活動拠点 木間分室
- ◆実施内容 レクリエーション・買い物支援サロンバス
- ◆利用者負担金 500円
- ◆実施頻度・人数 毎月1回・15~20人
- ◆実施団体名 木間地区社会福祉協議会
- ◆問合せ先 TEL 0838-27-0715

注目!

令和元年11月から始めました。バスの中は本当ににぎやかです！

サロン農家の休日

木間
地区

- ◆活動拠点 木間分室
- ◆実施内容 レクリエーション・手芸など
- ◆利用者負担金 500円
- ◆実施頻度・人数 月1回・20人
- ◆実施団体名 木間地区社会福祉協議会
- ◆問合せ先 TEL 0838-27-0715

注目!

季節の飾りを作ったり、体を動かしたり、楽しい時間を作っています。送迎付きです！



出張美容室・みのりの広場（小川地区）

月に1回ずつ出張美容室とみのりの広場(サロン活動)を開催。出張美容室の待ち時間にもお茶会で交流をしています。みなさんのお越しをお待ちしています。

グラウンドゴルフ

木間
地区

- ◆活動拠点 木間分室グラウンド
- ◆実施内容 グラウンドゴルフ
- ◆利用者負担金 なし
- ◆実施頻度・人数 月2回・10人
- ◆実施団体名 木間寿会
- ◆問合せ先 TEL 0838-27-0715 (木間地区社協)

注目!

みんなで楽しく運動しています。天気が悪い日は、屋内運動場で体を動かします。送迎付きです！



わくわく見島（見島地区）

2か月に1回開催。小さなお子さんから高齢者まで一緒に介護予防の健康体操やゲームなどで楽しみ、昼食会もしています。



みんなのJOYでレッツエンジョイ！（萩地域）

2か月に1回開催。季節にちなんだレクリエーションや健康講話など様々な楽しい企画を開催しています。どなたでもご参加いただけます。



越ヶ浜地区ささえあい協議体

越ヶ浜地区・後小畑地区の生活福祉課題解決に向けて毎月1回の話し合いを開催しています。