

地域の高齢者と社会をつなぐ くらしつなげ隊!



「くらしつなげ隊」は高齢者が外に出て社会と繋がりが持てるように
様々なお手伝いをしたり、通いの場の提供等をするボランティアです。
沼津市社会福祉協議会では、活躍してくれるシニアを全力で応援します!
様々なボランティア講座&セミナーを開催中です!

居場所づくり

だれもがとどえる
居場所

- ・居場所づくりセミナー
- ・居場所交流会



生活支援

ちょっとした生活上の
お手伝い

- ・ちょいつサービス講座
- ・生活支援ボランティア講座
- ・災害ボランティア講座



移動支援

住民主体の外出支援

- ・運転ボランティア講座
- ・付添ボランティア講座

子ども食堂(子どもの居場所)
でもシニアが大活躍中!!

さあ、活動をはじめましょう!地域があなたの一步を待っています。
地域のために何かしたいけど、何から始めたらいいかわからない……。
そんな方はぜひ沼津市社会福祉協議会までご連絡ください。

(福)沼津市社会福祉協議会
地域福祉係 ☎055-922-1500 ✉info@numazu-shakyo.jp

沼津市社会福祉協議会?どんなボランティア活動をしているの?

ボランティアできる
今が人生で一番幸せ♡



ボランティアをしている
おじいちゃんおばあちゃん
輝いているよね。



LINEで
お友だち登録

詳しくはこちらを検索

沼津市社会福祉協議会



社会参加のススメ

会社のため、家族のため、頑張ってきたあなた。
セカンドライフは、自分のため、地域のために
活動しませんか?
地域には、こんな課題があります。



地域ニーズ

1
居場所とは…

2
生活支援

3
移動支援

背景

☑ 1人暮らし、高齢者のみ世帯、認知症の高齢者が増加

☑ 気軽に立ち寄れる
場所を知っている
人が少ない。

☑ 時間はあるが何を
していいかわからない。

☑ 「居場所へ行こう」
その声掛けが
必要な人が多い。

☑ 地域コミュニティに
入るきっかけがない。

☑ ちょっとした家事が
最近しんどく感じる。

☑ つい、食事を簡単に
済ませてしまい、
栄養が偏る。

☑ 家にいることが多く
人と会話することが
減る。

☑ 免許を返納したため
移動が困難になる。

☑ 商店や小規模
スーパーが閉店・
撤退で身近に買い物
の場がなくなる。

☑ 加齢に伴い通院する
機会が増加するが、
移動手段が少ない。

だれもがとどえる
居場所

ちょっとした生活上の
お手伝い

住民主体の
外出支援

セカンドライフの健康維持には、社会参加が **効果大!!**

地域のつながり、ささえあいの活動をするとなあなたも

まわりもHappyに!!

具体例をチェック!



居場所

人とのつながりで笑顔が広がる

《第二地区》

ゆるカフェ松下



実施主体

地元の有志・ボランティア

活動概要

毎月1回（第2木曜日）10時から11時30分まで、松下町公会堂で居場所を開催しています。おしゃべり、体操、歌、読み聞かせ、地元のお寺のご住職による法話など楽しい催しを随時開催しています。

運営者の声

民生委員もやっていて、一人暮らしの高齢者は一日だれとも話さない方もいるのを知りました。1ヶ月に1回集まってみんなが元気になる姿を見ると自分もワクワクします。



《第四地区》

ほっこりかぬき



実施主体

地元の有志・民生委員・ボランティア

活動概要

毎月2回（第2・4火曜日）10時30分から12時30分まで、かぬき会館で開催しています。ポッチャや健康体操等を行ったり、移動スーパーがくるので一緒にランチを楽しむこともあります。

運営者の声

地域の高齢者がいつまでも元気に楽しく暮らすことを目指し、フレイル予防に取り組んでいます。参加者だけでなく自分自身の健康維持にもなっています。



生活支援

住民による 住民のための ささえあい

《戸田地区》

戸田に住み続けたい笑～ら



実施主体

地元の有志で創った団体

活動概要

独居高齢者等で困っているゴミすてや草とりなど、ちょっとしたお手伝いを、ボランティアに登録した住民がお手伝いしています。10分100円の有償ボランティアで32人が活動登録し、活躍しています。

運営者の声

身近な地域のお手伝いとして少しでも役に立っていると感じるときは、利用者の「助かるよ!」「これからも頼むよ!」の声に接した時で、いくらか明るい気持ちになれます。



生活支援

住民による 住民のための ささえあい



《大平地区》

ちいさなお手伝い



実施主体

大平地区社会福祉協議会

活動概要

介護保険制度などの公的サービスでは行き届かない、日常生活上の“ちょっとした困りごと”を住民同士で助け合う活動です。大平地区の誰もが安心して暮らし続けられるように、住民同士による支え合いの輪を広げています。

運営者の声

ちょっとしたお手伝いをすると、利用者から笑顔で「ありがとう!」と反対に元気をもらいます。地域のいたわりあいの良さを実感しています。



移動支援

「買い物先が遠くて行けない」を住民の力で解決

《第三地区》

町の駅我入道



実施主体

第三地区社会福祉協議会

活動概要

令和3年から2カ月に1回、我入道自治会館でローカルマルシェと健康イベントを開催しています。歩いて行ける距離に買い物する場所を創ろう!とはじめたマルシェが、今では地域の交流拠点となっています。

運営者の声

開催1ヵ月前に活動者で集まって会議を行います。活動する方も楽しく!人を元気にするのは人!つながりの大切さを感じています。



《愛鷹地区》

外出支援実証実験



実施主体

愛鷹地区移動支援プロジェクトチーム
(愛鷹地区社会福祉協議会)

活動概要

令和6年11月～12月に週1回、坂の多い地区から「ららぽーと沼津」と「地区センター」を周る外出支援実証実験を行いました。のべ61名の方が利用され、継続運行にむけて検討中です。

運営者の声

坂が多い地区では車が欠かせませんが、免許返納などで外出に困る方が少なくありません。少しでも外出の機会をふやし元気で過ごすために、この取り組みをすすめています。

