

くらサポ ニュース ^{NO.} 141



最近の事例紹介

2026/7/1

「支える側から、支えられる側へ」

(元コーディネーターさんの利用事例)

長年コーディネーターとして地域で活動されていた方から「窓拭きと食器棚をきれいにしてほしい」という依頼がありました。腰痛のため、ご自身では難しくなっていた作業をサポートさんがお手伝いしました。



～ 利用者さんからのメッセージ ～

「今までお手伝いする側だった私が、今回はお願いする立場になりました。億劫になっていた飾り棚や、後回しになっていた網戸のレールまで、きれいにしていただきました。年齢を重ねるにつれ、自分では難しいことが増えてきます。『くらサポ』があって本当に助かりました。ありがとうございました。」

(さいたま市 80代)

支える側だった方も安心して利用できる。それが「くらサポ」です。支える人も、支えられる人も安心できる地域の支え合い活動です。

くらしサポーターは「こんなお手伝いをしています」

① 病院の付き添い

「一人で通院するのが不安...」そんな時にサポーターが付き添います。受付や院内の車いす移動のお手伝いも行っています。



② 電球交換

「電球が切れてしまったけど自分では交換できない...」高い場所の作業をお手伝いします。



③ 買物代行

「外出するのが難しい...」買物が難しい時は、サポーターがお手伝いします。



お知らせ

くらしサポーター 利用料金の改定

2026年7月1日より

基本60分 700円 ⇒ 800円 になります。
(延長15分につき200円)



夏季の草取りなどの外での作業は、熱中症予防のため、原則7月～9月は休止させていただいております。ご理解とご協力をお願いします。



医療生協さいたま

地域福祉相談支援センター/くらしサポーター事務局

直通電話 048-296-8692