



くらサポ南だより

発行：くらしのサポートセンター南

vol.17

R7年8月

7月の活動

草刈り・草取りなどの多くの依頼がありましたので紹介します。

草取り作業



活動員さんの声

地域の方と会話する機会が増え、繋がりを感じられるようになりました。

自分のペースでできる時に参加することで自然と横の繋がりが出来ました。

また草をきれいに刈った後「やった！」という達成感と満足感を得られます。



剪定作業



草刈り作業

お墓周りの草刈りです



残暑にご用心

朝夕には涼しい風が感じられるようになり、どこかほっとする季節の変わり目でもあります。

とはいえ、日中の暑さはまだまだ厳しく、熱中症対策が必要です。室内でも熱中症になることがあるため、引き続きこまめな水分補給や冷房の活用を心がけましょう。

この時期は夏の疲れが出やすく、体調を崩しやすいタイミングでもあります。無理をせず、しっかりと休養をとることも大切です。

季節の変わり目を健やかに過ごせるよう、日々の体調管理を大切にしたいですね。



利用できる方

高齢者世帯・障がい者・子育て世帯など、地域で生活をする上で困りごとがあり、支援を必要としている方

利用料金

生活支援（家事・代行）

外出付添（買い物・受診など）

10分：120円

20分：240円

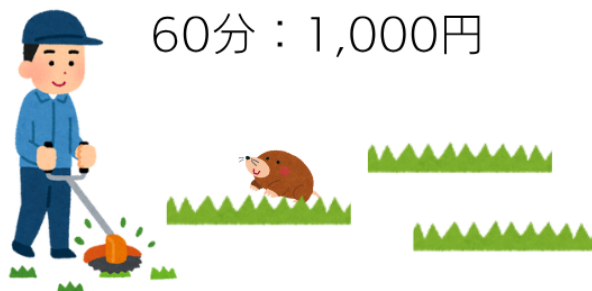
30分：360円

60分：720円

屋外作業（草刈り・剪定など）

30分： 500円

60分：1,000円



お問い合わせ・お申し込みは

南山田公民館内「くらしのサポートセンター南」



電話：78-8801

気軽にご相談ください♪

くらサポ南では安心して活動していただくために保険に加入しています。