小さなお手伝い

なじょもネット

協力会員のてびき

事務局
南魚沼市社会福祉協議会
TEL：025-773-6911

なじょもネットとは？

　なじょもネットは、地域の人同士が日常生活の中の「ちょっとした困りごと」を無理のない範囲で支え合う活動です。
　特別な資格や経験は必要ありません。
「できるときに、できることを」を大切にしています。

なぜ有償なのか

なぜ有償なの？その理由は仕事として行うためではありません。

- お互いが気を遣いすぎないため
- 頼む側・手伝う側が対等な関係でいるため
- 無理なく、長く活動を続けるため

「ありがとう」の気持ちを形にした仕組みです。

活動内容（できること一例）

買い物の代行 ／ 話し相手 ／ 掃除や片付けの手伝い ／ 外出の付き添い　など
※ 専門的な介護・医療行為は行いません。
※ 危険を伴う作業や無理な依頼は紹介しませんし、もし直接依頼されてもお断りできます。
※ もし断りづらい、などあれば社協に連絡いただければ間に入ります。

活動について

■活動日・時間…平日午前９時～午後５時　のうち最長で２時間
※日にち、時間を制限しているのは活動中に困りごとがあった際にすぐに社協に相談できるようにするためです。
※利用会員、協力会員、事務局がそれぞれ了解している場合はその限りではありません。

■活動に必要な道具について（エコバッグ、掃除用品など）
　活動に必要な物品について、利用会員に準備をお願いします。
　足りない物がある場合は事務局にお知らせください。

活動の流れ

①事務局から連絡
　利用会員からの依頼内容を事務局から協力会員へ電話で連絡します。

②顔合わせ
　まず利用会員宅で「利用会員・協力会員・事務局」の 3 人で内容の確認などを行います。
　そこで利用会員との相性や活動現場を見て、活動できるか確認をします。

③活動開始
　活動開始時間…利用会員宅に到着した時間から。
　※活動中のお困りごとは事務局へご連絡ください。
　※事務局が同席するのは顔合わせまでです。

④活動終了
　活動終了時間…活動が終了した時間まで。
　「南魚沼なじょもネット実績報告書」に必要事項を記入し、互いに内容を確認します。
　誤りがなければ利用会員確認印をもらって、料金を受け取り、協会員受領印を捺印します（確認印はサインでも可）。
　1 枚目…協力会員が保管
　2 枚目…利用会員へお渡し
　3 枚目…社会福祉協議会へ提出

⑤その他
　利用会員から金銭を預かり、活動をするとき（買物など）
　➜「預かり金清算書」の記入が必要となります。

※実績報告書、清算書は活動開始前に事務局より協力会員にお渡しします。
　紛失、不足があれば事務局にお問合せください。

報告書は活動した月の末日までに
社協にご提出ください。

なじょもネット実施報告書　（見本）

提出日：令和〇〇 年4月　28日

	氏名	地域・地区	電話番号
利用者	社協　太郎	六日町・六日町	〇〇〇－〇〇〇〇〇
協力会員	南　花子	六日町・五十沢	▲▲▲－▲▲▲▲▲

サービス内容

1．身の回りのお世話　2．通院・外出・散歩時の介助（送迎除く）　3．薬もらい
4．食事作り　5．衣類の洗濯・補修　6．住居等の掃除・整理・ゴミ出し
7．軽易な雪かき　8．買い物　9．官公庁、医療機関への連絡
10．話し相手　11．留守番　12．郵便出し　13．朗読　14．代筆
15．その他

サービス実施報告書欄

日にち 曜日	サービス内容	時間帯	活動時間	利用料 交通費	合計	利用会員確認印	協力会員受領印	備考
4月1日 火	⑥	10:00～10:30	30分	150円 100円	250円	社協	南	⑥　ゴミ出し
4月8日 火	⑧ ⑩	10:00～11:30	90分	300円 100円	400円	社協	南	
4月15日 火	⑧ ⑩	10:00～11:30	90分	300円 100円	400円	社協	南	

上記サービス内容欄の番号1～15の当てはまるものを記入

活動時間を記入。
その時間に見合った利用料と交通費（別地区、別地域から活動に来た場合）とその合計を記入。

本日の活動で特記すること、記入しないとわからない活動内容を記入。

備考	GW以降、長男がUターンで同居すると話していた。 時期がわかれば教えていただくようお願いし、同居が始まればなじょもネットの活動は不要になるかも？	利用料合計	750円
		交通費合計	300円
	報告した方が良いと感じたことを自由記述。	総計	1050円

なじょもネット料金について

南魚沼なじょもネット　利用料一覧		
料金単位	実活動時間	実利用料
30 分	1～44 分	150 円
60 分	45～74 分	300 円
90 分	75～104 分	450 円
120 分	105～134 分	600 円

交通費について

・同一地区内での活動…交通費　なし
・旧町単位内での活動…交通費 100 円
・旧町単位外での活動…交通費 200 円

地区の一覧

〈六日町〉
六日町・五十沢・大巻・城内
〈塩沢〉
塩沢・中之島・上田・石打
〈大和〉
浦佐・大崎・薮神・東

例　**利用会員：六日町地区に居住　／　協力会員：五十沢地区**
→交通費は往復で100円です。

預り金清算書は社協控えはありません。
利用会員さん、協力会員さんの双方で保管してください。

預かり金清算書　書き方見本

預かり年月日：　令和　○年　×月　△日

預かった時間	返却時間	購入店舗 ※複数店舗の場合は各購入金額記入	
AM・PM 10:00	AM・PM 11:20	・△□スーパー（4000円） ・○○商店　（1300円）	
預かり金額	5,800 円	※レシートあればレシートでも可	
購入金額	5,300 円	おつり	500 円
利用会員名		協力会員名	
社協　太郎		南　花子	
預かり金確認印	残金返却確認印	預かり金確認印	残金返却確認印
社協	社協	南	南

※　必ず、活動をする前に預かった金額を確認してください。
※　預かり金の残金は、必ず利用会員、協力会員両者で確認し、レシートや商品に誤りがないか確認してください。

気持ちよく活動するための６箇条

①プライバシーは尊重しましょう

活動にあたり、知り得た利用会員及び、家庭の個人情報は口外しないで下さい。
また、自身のプライバシーも大切にしてください。
例：〇〇町の▲さん。奥さん入院中で、
お買い物のお手伝いに行ってるの。

③適切な距離感を心がけましょう

活動する際は、あくまで「利用会員」と「協力会員」です。対等ではありますが友人ではありません。
踏み込みすぎて、なじょもネットの範囲以上のことをする、頼まれる、といったことはトラブルのもとになりかねません。
距離感でお困りの際は事務局へお声がけください。

③他人のうわさ話や批判は慎んでください

利用会員よりうわさ話を聞くこともあるかもしれませんが、「そういう こともあるかもしれませんね」「そういう話もあるんですか」など聞き流すようにしてください。
真偽不明のうわさや、批判によってトラブルを招かないよう注意しましょう。

④物品の斡旋、販売、金銭の貸借または物品等を受ける行為は禁止です

なじょもネットは対等な関係でいられるよう料金をいただき活動しています。
その他の物品などを受け取ることは、その関係を崩してしまうことに繋がります。
また、物品の販売、金銭の貸借などはトラブルの原因となり、気持ちよく活動できなくなってしまいます。行わないようお願いします。

⑤利用会員に異常を認めたとき、適切な措置をとり、関係各所への連絡をお願いします

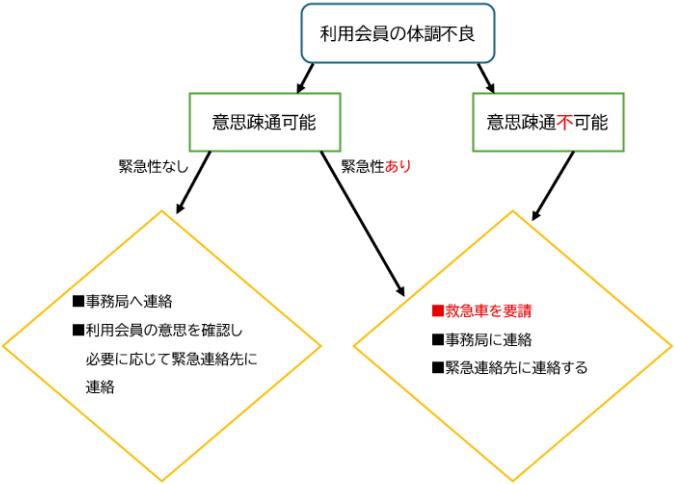
活動中に突然の怪我や体調不良など、不測の事態があるかもしれません。
利用会員より医師、親族へ連絡して欲しいと言われたらその指示に従ってください。
万が一、救急車の手配など必要と判断したら、ためらわずに通報いただくようお願いします。
対応終了後、事務局へご連絡くださいますようお願いします。

⑥宗教、政治的信条等の行為は慎んでください

宗教、政治は個人の自由ですが、活動中は慎んでください。
なじょもネットの活動は「利用会員の困りごとのお手伝い」をするのであって、政治や宗教などの行為、行動をする場ではありません。
それらの行為に対して不快に思う方もいるかもしれません。

協力会員さんに大切にしてほしいこと

- ☑ 無理をしないこと
- ☑ できないことは断ってよいこと（内容、体調、スケジュール）
- ☑ 一人で抱え込まず、困ったら社協に相談すること
  ※もし、物品を受け取ってほしいですとか、追加でこの仕事をお願いと言われたら、社協で禁止と言われたからと、と伝えてください



緊急連絡先	
利用会員住所	南魚沼市
かかりつけ医	医療機関名： ☎：
市民病院	025 - 788 - 1222
魚沼基幹病院	025 - 777 - 3200
事務局	025 - 773 - 6911
緊急連絡先	氏名：　　続柄（　　） ☎：