

わたしたちのまちの
支えあい・たすけあい

千葉県支えあい活動団体連絡会

団体一覧

団体名	掲載ページ
■中央区	
美助っ人クラブ	1
■花見川区	
多世代交流拠点おおなみこなみ	2
NPO法人たすけあいこんにちわ	2
NPO法人まごころサービス千葉	3
山びこ会	3
■稲毛区	
NPO法人 スピリッツ	4
介護予防の会 輝 (かがやき)	4
■若葉区	
たすけあいグループ てくてく	5
よりあい「みつわ」	5
ワークホーム 悠々 (ゆうゆう)	6
■緑区	
NPO法人生活サポートグループ ぱれっと	7
■美浜区	
磯辺3丁目西ふれあい・送迎グループ	8
NPO法人たすけあいサポートアイアイ	8
NPO法人カフェ・バルコニーの家	9
ささえあいまさご	9
NPO法人市民後見センター すまいる	10
NPO法人たすけあいの会・たんぽぽ	10
NPO法人福祉の街美浜をつくる会	11
千葉ケア企業組合 (ひかり輝く道)	11

支えあい・たすけあい活動団体が横のつながりを協力してつくり、
情報を交換し、生き生きと活気あふれる街・千葉市を目指します。

<お問合せ>

- ・たすけあいこんにちわ (渡辺) TEL : 043-296-3221
 - ・たすけあいグループてくてく (高見) TEL : 090-1253-9374
- ホームページ <http://kaiteki-chiba.jp/chibashi-sasaeai/>



千葉県支えあい活動団体連絡会から

♥お互いさまの精神をもとに

千葉市には非営利で支えあい活動を行っている団体が多くあります。活動の組織形態、法人格の有無、組織の大小、有償か、無償かいろいろな違いがありますが、困った時はお互いさまの精神をもとに市民が自主的に活動をしているという大きな共通点があります。

♥設立総会の入会金やカンパで

入会金やカンパを活用して、ちょっとした手助けを探している方々に私たちの情報が、一目でわかるような冊子づくりに取り組みました。
お近くの団体にお気軽にご相談ください。

千葉県支えあい活動団体連絡会

中央区

美助っ人クラブ

一人暮らしでも 一人ぼっちではありません。
安心して、自立した生活が継続できるよう
美助っ人クラブは応援します。介護の専門家も対応させていただいています。

- 1、テレタッチ活動・・・月曜～金曜 9:30～12:00 まで電話受付
「私、今日も元気です」頂く電話で絆が深まり、身体機能や生活に不安が出た時には相談やアドバイスをを行っています。
- 2、ワンコインランチ・・・毎月一回 12:00～14:00
季節の料理を作って、ワイワイ、ガヤガヤお喋りしながら頂きます。
食べた後は、脳トレ、楽器演奏や唄 など楽しんでいます。
- 3、オレンジカフェまちなか・・・毎月第1、第3火曜日 14:00～16:00
千葉駅近くです。気楽に立ち寄って頂き、認知症や介護に関する勉強会や、情報交換の場になっています。介護の専門職が多く集まって来ています。
- 4、オレンジカフェおぐら・・・毎月第2、第4水曜日 13:30～16:00
小倉団地集会所に集まり、認知症予防や貯筋体操、お茶会で賑やかです。
- 5、パークゴルフ・・・毎月一回 9:00～
おにぎりとお茶を持ってでかけます。一人ひとりの体力に合わせて、サポートしながらゆっくりプレーします。外で食べるおにぎりが美味しい。

お問い合わせ先 043-221-0515 美助っ人クラブ テレタッチ係

多世代交流拠点 おおなみこなみ

「ひとりぼっちじゃないよ」…子どもも子育て世代も高齢者も、世代を越えて、出会い交流できる場所です。健康づくりのための講座、子育て世代を対象にした講座など、さまざまな内容の講座を開催しています。

ふらっと立ち寄り、コーヒーを楽しんでいただくこともできます。

オレンジカフェおおなみこなみ

介護のたいへんさをひとりで抱えていませんか。
あんしんケアセンターの職員や同じように介護の不安を抱える人たちと、
おしゃべりと情報交換をご一緒に。
認知症当事者の方もご家族と一緒に、
ご参加ください。

毎月第1火曜日 午後1:00～2:30

参加費：200円（飲み物付き）



TEL 070-2157-1673

FAX 043-375-7148

千葉市花見川区検見川町3丁目159-2

火・金10:00～17:00

水・木13:00～17:00

土曜日はイベント開催時のみオープン

E-mail

ohnamikonami2014@gmail.com



困った時はお互い様の

NPO法人 たすけあいこんにちわ

生活の暮らしの中の困りごとを会員同士「お互い様」の気持ち
で有償ボランティア活動をしています。家事援助、外出や通院介助、
話し相手などお気軽にご相談ください。

※お手伝いの謝礼（利用料）

1時間1,200円：30分追加毎に600円（交通費実費を頂く場合があります）

※サービスを受ける方、提供する方（報酬あり）とも要入会で会費は同額です。

入会金 2,000円 年会費 1,200円

こちらは
ご自由に
参加ください

サロンこんにちわ（毎週水曜日 1:30～3:30）

土曜サロンこんにちわ：認知症カフェ

（第3土曜日：）1:30～3:30）



〒262-0025 千葉市花見川区花園1-6-7（JR新検見川駅徒歩2分）

TEL：043-296-3221 FAX：043-296-3243

月曜日～金曜日 AM9:00～PM6:00

ホームページアドレス：<http://www.geocities.jp/tasukeaikon/>

（千葉市の制度に基く訪問介護、子育て支援、障害者支援にも相談に応じています）

特定非営利活動法人 まごころサービス千葉

愛(やさしく)忍耐(見守る)技術(うまく)を理念にして26年間に
亘り地域の皆様とたすけあってまいりました

生活支援訪問サービス料金

1時間:1500円 日・祭日:1700円

その他

介護保険、傷害支援、エンゼルヘルパー等ご相談下さいませ



〒262-0033

千葉市花見川区幕張本郷1-23-15 グランドウール第2-107号

TEL 043-274-9711

Fax 043-274-9718

住民参加型在宅福祉サービス 山びこ会

在宅福祉サービスグループ「山びこ会」は1985年、長年ボランティア活動
に関わり、志を同じくする仲間が集まって生まれた助け合いの会です。

高齢者、障害者をはじめ「困ったときはお互いさま」を合言葉として、さま
ざまのニーズに対し、きめ細かく行き届いたサービスを提供しています。

*活動日時 午前9時～5時 原則として日曜・祝日は休業

*利用料 30分650円〔生活・身体共に〕+交通費

*サービス内容 家事全般〔掃除、洗濯、買い物、食事の支度〕

身体介護・介助〔車椅子、外出、通院、入浴、食事、排泄〕

山びこ会事務局

〒262-0023 千葉市花見川区検見川町 3-303-3-404

TEL 043-350-1145

fax043-276-3855

NPO法人スピリッツ

心のサポートを活動の目的とした団体です。

子育て支援サロン「あんそれいゆ」

子育て中の親御さんの悩み（問題）をお聴きします。

第2木曜日10時～12時、稲毛ボランティアセンター活動室、参加費無料

千葉市6区での傾聴ボランティアグループのサポートを行っています。

千葉市の6つの区にある傾聴ボランティアグループは、高齢者への傾聴活動を行っています。毎月各区のボランティアセンターで定例会を開いています。

6区各区のボランティアセンターにお問い合わせください。

傾聴講座、コミュニケーション講座、アートセラピー講座、ハンドマッサージ講座、アロマセラピー講座の講師依頼を有料でお受けいたします。

料金などはお問い合わせください。

TEL : 080-2034-4963 FAX : 043-255-7165 E-mail : info@spirits-chiba.org

HP <http://spirits-chiba.org>

介護予防の会 輝（かがやき）

1. 体操指導

- ・簡単に出来て、継続できる体操指導（介護・リハビリ専門職等と連携）

※体操教室 Green、健康づくり教室「いーねの会」

2. 「認知症カフェ」の企画・運営

- ・「Green カフェ（認知症カフェ）」の運営

- ・認知症カフェの立ち上げ支援

3. 高齢者の食の知識の普及活動

- ・高齢者向けの食事の提案や介護食のご提案

お問合せ：090-9340-2150

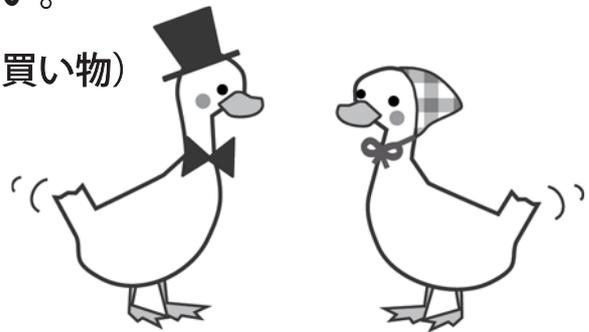
担当：工藤

たすけあいグループ てくてく

ちょっと手助けがあればいいのに・・・
と思った時、気軽に声をかけて下さい。

- ◇一般的な家事援助(掃除、炊事、洗濯、買い物)
- ◇通院介助、院内介助、車椅子介助
- ◇その他

料金:1時間 800円
(15分毎に200円加算)



〒264-0033 千葉市若葉区都賀の台4-5-15-102
TEL & FAX: 043-284-2339
月曜日～金曜日 AM10:00～PM4:00

みつわ台3丁目のオアシス よりあいみつわ

住み慣れたこの町が好き、あなたが居て私も
小さな好意を寄せ集め、支えられて暮らせる。



日時 毎週水曜日10時から16時
場所 若葉区みつわ台3-23-83

会費 一日500円 半日無料

電話 **090-5498-3214**

責任者 大理正雄
歩けない方はお迎えに行きます。
赤ちゃんからご老人まで何方も歓迎

ワークホーム 悠々(ゆうゆう)

リサイクルショップ運営、生協配達品仕分け
不用品がありましたら、ぜひお声をかけてください!

地域に開かれた福祉の拠点として平成6年開所し現在に至ります。
障がいを持った人達と一緒に、リサイクルショップを主な作業として活動し
ています。リサイクルにより、多くの人とつながり、ゆるやかな助け合い
の雰囲気生まれています。
「地域の居場所」でありたいという想いで運営しています。

〒264-0004 千葉市若葉区千城台西1-4-7
TEL:043-237-0760
月曜日～金曜日 AM10:00～PM4:00



特定非営利活動法人生活サポートグループ **ぱれっと**

NPO 法人生活サポートグループぱれっと（以下ぱれっとという）は、その定款に誕生している『誰もが人間として尊重されるあたりまえの生活を送れることができるよう、相互に支え合う仕組みを構築し、地域福祉の推進に寄与する』を主軸に据えて設立された団体です。

ぱれっとは千葉市緑区内を活動の拠点とし、有償のたすけあい事業、介護保険事業のほか、エンゼルヘルパー（千葉市の委託事業）や、無償ボランティア（傾聴活動、ゴミ捨て支援活動）を行ってしぜず。また、会員や地域住民を対象とした研修会、勉強会、事務所スペース等での喫茶コーナーなどを随時催しています。ぱれっとの活動の主眼は、一人ひとりのQOLを高めることのお手伝いです。制度的サービスとともに日常のちょっとした手助けや話し相手、文化・余暇活動のお手伝いなど、いわば生活を豊かにする活動を大切にしたいと考えています。そのためには、まずサービスを提供する会員が、自分の生活を充実したものにマネジメントできていることが理想ですが、それはそれでなかなか難しいことで、試行錯誤の毎日…というのが正直なところです。



磯辺3丁目西 ふれあいウエスト ～見守ります～

困っている事をご相談下さい
協力いたします

- ・身体の具合がわるい
- ・不便していること
- ・他に困っていること

連絡: 太平 郁代 TEL 278-5865
飯野満智子 TEL 277-4713

磯辺3丁目西 送迎ボランティアグループ

病院の通院・介護のための施設への送迎・区役所・その他、
買い物等の足として、お気軽にご利用下さい

- ・送迎者の車でお迎えに行きます。
- ・必要に応じてサポートする方便乗します
・・・利用料金は原則無料です・・・

◎万一に:「送迎サービス補償」保険に加入してます

連絡: 佐藤 州司 TEL 270-3695
飯野 勝衛 TEL 277-4713

NPO法人 たすけあいサポート アイアイ

☆階段の昇り降りがつらくなった・・・

☆電車やバスで病院に行けなくなった・・・

☆家事(料理、買い物など)がつらくなった・・・



そんな時、声をかけてください。お手伝いします。(美浜区内)

◆階段昇降機によるサポート 片道料金 1階～3階 1000円 4階 1250円 5階 1500円

◆福祉有償運送サポート タクシーのおよそ半額

(介護保険を受けている方、障がい者手帳をお持ちの方など)

◆家事サポート 750円/30分

〒261-0012 千葉市美浜区磯辺 1-9-18

TEL&FAX: 043-277-2852

月曜日～金曜日AM9:30～PM4:00 <http://tasukeaiai.com>

NPO 法人 **カフェ・バルコニーの家**

① 千葉市地域活動支援センター「地域の茶の間」(障害をお持ちの方の自立訓練の場)

住所：千葉市美浜区磯辺 2-6-6-B Tel:043-441-3193

- ・フットサル等スポーツや畑作業を通して生活リズムや体力をつける。
- ・コミュニケーション能力をつける。



② カフェバルコニー (就労訓練の場)

住所：千葉市美浜区磯辺 3-5-7 tel：043-307-8855

- ・住宅地の隠れ家的レストラン 月・火・金 11:30~14:00

③ コミュニティーまりい～なすとらっせ (就労訓練の場)

住所：千葉市美浜区磯辺 3-14-8 tel：043-306-1840

営業時間 7：00～17：00

- ・モーニングカフェ、モーニング子供食堂、ランチ、カフェ
- ・デリカテッセン ・パン製造・販売 ・高齢者向け弁当、イベント用惣菜



②と③は就労継続B型事業所で就労訓練をします。国家資格の調理師&製菓衛生士受験資格取得可

ホームページ <http://www.cafe-balcony.jp> ブログ <http://blogs.makusta.com>
メールアドレス cafebalconynoie@gmail.com

ささえあいまさご紹介

1. 名称 ささえあいまさご
事務所 美浜区真砂5-25-10
2. 目的 地域で生活支援が必要な方を支える活動を行い、地域で助け合う。
3. 活動地域 美浜区真砂1丁目～5丁目
4. 業務(相談受付 ☎070-5557-8922)
相談、見守り、助け合い、広報発行
5. 運営費用 事務所経費(家賃、電話、光熱費、事務消耗品等)(役員報酬なし)
年会費、寄付金、利用料 その他
6. 利用料(1時間500円/1カ所)
7. ささえあいまさご3年間の活動例
29年度下記のこと等30～40件/月実施
 - ① 介護保険対象外の玄関掃除、窓拭き等
 - ② 介護保険申請中の方の各種支援
 - ③ 一人暮らし高齢者の骨折、怪我治療等の、通院付き添い・お薬受取付き添い
 - ④ 一人暮らし高齢者の生活支援(買物、役所等付添、話し相手、散歩付き添い、ごみ出し、庭木剪定、障子張り、電球交換、洗濯、怪我等の時の食事作り手伝い等)
8. 活動出来ないことは
伝染病等感染性の病気の方の病院付き添い、有害薬品使用作業

NPO法人市民後見センターすまいる

成年後見制度は、認知症などの理由で判断能力が不十分な人の財産や権利を保護し、支援する制度です。すでに判断能力が低下した人のためには「法定後見制度」、いま元気だが将来が不安な人のためには「任意後見制度」があります。

市民後見センターすまいるでは、市民による市民のための市民後見人としてより良い後見を目指し、成年後見制度についての勉強会、利用についての相談、支援を行っています。

気軽に相談、早めに相談

NPO法人市民後見センターすまいるにお電話ください。

TEL: 080-4771-7634

E-mail: info@nposmile.net

……NPO法人たすけあいの会たんぽぽ……

住み慣れた我が家で、いつまでも心豊かに生活し。老いても病んでも安心して暮らして行ける様に、たすけあいの精神でお互いに「助けたり」「助けられたり」して支え合いましょう!

- ① たすけあい活動 ・家事援助・保育など: 1時間 ¥1,200 (交通費は実費)
(年中無休) ・お父さんの出番事業・日曜大工。家具の移動など
* 入会金: ¥2,000 年会費: ¥1,000 1時間 ¥2,000 (交通費は実費)
- ② 地域密着型通所介護(デイサービス) 9時~17時
「デイサービス・宅老所たんぽぽあそびのいえ」 月~土
- ③ 訪問介護(介護保険) 活動は、年中無休。
- ④ 障害福祉サービス(活動は年中無休)
- ⑤ 居場所づくり事業: 月~土 9時~17時まで、いつでもどうぞ!
- ⑥ 居場所づくり事業では、自費による お泊りもできます。
(泊りの日はデイをご利用いただけます)

※住所 ①③④は千葉市美浜区磯辺 1-9-12 ☎ & FAX 043-277-0731

※住所 ②⑤は千葉市美浜区磯辺 1-18-5 ☎ & FAX 043-377-0694

携帯: 090-8171-6824

NPO法人 福祉の街美浜をつくる会

千葉県美浜区高洲3-4-12-101 電話277-1212

「地域で助けあいながら暮らしていきたい」「困ったときはお互い様」の気持ちで、安心して共に生活できる街・美浜区を目指して活動しています。

*日常生活支援(電話での受付 随時実施)

～お困りごとの応援団です～

清掃、家具の移動、照明器具の取り替え、買い物代行等
車椅子での通院同行はとても喜ばれています

*一声活動(毎週火曜日又は木曜日午前中)

～お元気ですか、何かお困りごとありませんか～

ご希望の方に電話でお声をかけ、困りごとやお話を伺います。

*いっぷく(毎月第4土曜日11:30分より)

～お弁当を一緒に食べ、ちょっと楽しいひと時を～

ボランティアによるアトラクション等、行っています。

場所は高洲2丁目第一集会所です。参加費 500円

*まちかど談話室「寄ってコ!」(毎月3回 火曜日10時より)

健康体操・脳トレ、歌、昼食、トランプ、「なんでも相談」も出来ます。

場所は高洲2丁目第2集会所、参加費は無料です。

ひかり輝く道

場所：千葉県美浜区真砂 1-12-9-101

真砂第5小学校となり真砂1丁目団地9棟1階101号室

団地の1階でコーヒー・紅茶・日本茶を飲みながらおしゃべりを楽しんだり、エアロバイクやスタンパー、股関節を柔軟にしたり、背腹筋を訓練したり、平行棒で歩行訓練やスクワットなどができます。麻雀・囲碁・将棋などの脳トレゲームも。要支援の方や脳梗塞後遺症のリハビリに活用されています。お気軽にご利用ください。

問合せ 043-278-9298

ひかり輝く道またボランティアも募集しています。



あんしんケアセンター

センター名	住所	電話番号
■中央区		
千葉市あんしんケアセンター新千葉	中央区新千葉3-10-20	216-2131
千葉市あんしんケアセンター中央	中央区新田町7-5	216-2121
千葉市あんしんケアセンター千葉寺	中央区千葉寺町188	208-1222
千葉市あんしんケアセンター松ヶ丘	中央区星久喜町1162-71	420-8325
千葉市あんしんケアセンター松ヶ丘 白旗出張所	中央区白旗2-18-12	308-9811
千葉市あんしんケアセンター浜野	中央区浜野町891	305-0102
■花見川区		
千葉市あんしんケアセンターこてはし台	花見川区こてはし台5-1-16	258-8750
千葉市あんしんケアセンター花見川	花見川区花見川3-19-105	250-1701
千葉市あんしんケアセンターさつきが丘	花見川区さつきが丘2-33-5	307-3225
千葉市あんしんケアセンターにれの木台	花見川区朝日が丘2-1-7-2	445-8012
千葉市あんしんケアセンター花園	花見川区花園2-8-24	216-2610
千葉市あんしんケアセンター幕張	花見川区幕張町5-405-2	212-7300
■稲毛区		
千葉市あんしんケアセンター山王	稲毛区山王町162-1	304-7740
千葉市あんしんケアセンター山王 宮野木出張所	稲毛区宮野木町1730-66	307-9010
千葉市あんしんケアセンター園生	稲毛区園生町470-1-101	306-6881
千葉市あんしんケアセンター天台	稲毛区天台4-1-16	284-6811
千葉市あんしんケアセンター小仲台	稲毛区小仲台2-10-8	307-5780
千葉市あんしんケアセンター稲毛	稲毛区稲毛東3-6-28	216-2831
■若葉区		
千葉市あんしんケアセンターみつわ台	若葉区みつわ台3-9-10	290-0120
千葉市あんしんケアセンター都賀	若葉区都賀2-10-1	312-5110
千葉市あんしんケアセンター桜木	若葉区貝塚2-21-19	214-1841
千葉市あんしんケアセンター千城台	若葉区千城台南 1 -3-2-101	236-7400
千葉市あんしんケアセンター大宮台	若葉区大宮台2-1-2-102	208-1212
■緑区		
千葉市あんしんケアセンター鎌取	緑区おゆみ野3-16-1	293-6911
千葉市あんしんケアセンター誉田	緑区高田町1084-88	300-4855
千葉市あんしんケアセンター土気	緑区あすみが丘1-20-1	295-0110
■美浜区		
千葉市あんしんケアセンター真砂	美浜区真砂4-1-10	278-0111
千葉市あんしんケアセンター磯辺	美浜区磯辺2-21-2	303-6530
千葉市あんしんケアセンター高洲	美浜区高洲3-3-12	278-2545
千葉市あんしんケアセンター幸町	美浜区幸町2-7-6	301-5332

生活支援コーディネーター

- ・地域の中にあるちょっとしたお手伝い、見守り、体操、ウォーキングを調査し、マップと冊子を作りました。ご活用ください。
- ・地域に必要なサービス（支えあい、見守りなど）を作るときは各区のコーディネーターがお手伝いします。

地区	団体名	電話番号
■中央区	(社福) 煌徳会	216-2131
■稲毛区	(特非) VAICコミュニティケア研究所	290-8015
■緑区	(社福) 千葉市社会福祉協議会	292-8185
■美浜区	(特非) たすけあいサポートアイアイ	277-2852
■花見川区	(株)エイゼット	306-2220
■若葉区	(社福) 三育ライフ	308-3020

(社会福祉法人) 千葉市社会福祉協議会

(地域住民や各種団体と協力し合いながら総合的な福祉の推進を図る為に設置された民間の福祉団体)

各区事務所	住所	電話番号
■中央区事務所・中央区ボランティアセンター	きぼーる11階	221-2177
■花見川区事務所・花見川区ボランティアセンター	花見川保健福祉センター 3階	275-6438
■稲毛区事務所・稲毛区ボランティアセンター	稲毛保健福祉センター 3階	284-6160
■若葉区事務所・若葉区ボランティアセンター	若葉保健福祉センター 4階	233-8181
■緑区事務所・緑区ボランティアセンター	緑保健福祉センター 2階	292-8185
■美浜区事務所・美浜区ボランティアセンター	美浜保健福祉センター 2階	278-3252

ちょっとだけ手伝ってもらえたら・・・
介護保険を頼むほどではないけれど・・・
病院や買い物に行きたいけどちょっと一人では自信がない
という方たちへのお手伝いをします
どうぞ、ご相談ください

地域の中であなたも支えあいの 仲間になりませんか

小さな出会いが大きなありがたうになります
住みなれたところで、安心して
助けたり、助けられたりして暮らしたい
そんな千葉市・住みなれたまちで暮らしたいですね

