

ちょっとしたお困りごと  
お手伝いします。

地域の  
人が

## 女木の里 えがおに

住みなれた地域で、いつまでも元気に暮らしていけるように  
高松市の研修を修了した女木のメンバーがサービスを提供いたします。



お手伝い内容	ゴミ出し、買い物
お手伝い料金	1回のご利用につき100円(60分以内) ※1か月5回まで利用できます。
お手伝い時間	(火)(金)午前7時～午後12時まで ※破碎ゴミ、粗大ゴミの日は決められた曜日
利用できる方	① 65歳以上で介護保険要支援1. 2の方 ② 基本チェックリストで認定の対象と認められた方

## サロン 女木の里

介護予防のための運動(体操など)や趣味活動を通じた集いの場です。

「最近、体力がなくなったなあ…」

「物忘れが多いなあ…」

などと感じている方、一人でうちにいるより地域の人たちと楽しく交流しませんか？

場 所	女木の里内
時 間	毎週火曜日 午後1時30分～午後4時30分まで
利用できる方	① 65歳以上で介護保険要支援1. 2の方 ② 基本チェックリストで認定の対象と認められた方 ※要介護認定を受けられている方はご相談ください。
参加料金	1回200円(茶菓子代)



お問い合わせ・お申し込み

女木の里

高松市女木町236-1

電話 087-873-0288

女木コミュニティセンター(事務局)

高松市女木町203-1

電話 087-873-0105