

もちろん
お父さんもOK

子育てや家事、ちょっと休憩しませんか

お母さんのためのレスパイト（休息）応援を始めました



お申し込みは
LINEのお友達登録から



- ・「あったか元気便」の利用登録者のかたが利用できます
- ・利用料は1時間当たり100円です



フードバンクしまね

あったか元気便

FOODBANK SHIMANE ATTAKA GENKIBIN

松江市西津田 3-5-16

JA しまね津田支店 2階 地域つながりセンター

フードバンクしまねあったか元気便 ☎ 0852-67-3088

そうじや片付けがで
きなくて…誰か手伝
って

“自分だけの時間”
もたまには欲しい

子どもたちとゆっくり
過ごせる時間が欲しい

たすけあいシステム「おたがいさま」と 「子どもの笑顔応援基金」がお手伝いします

利用された方からは

1 時間 100 円で利用できます

2 受付はいつものフードバンクのスタッフです
どんな小さなことでも安心してお尋ねください

3 たすけあいシステム「おたがいさま」に登録
された方が、お手伝い（応援）します



P T A の役員会など、どうして
も出なくてはいけない時、下の

小 4 の次男が、大学生さんに
キャッチボールの相手をして



受付窓口は  高橋と  野津です



夏休みの宿題や勉強がひとりでは
きるかなーと今から心配です。そ