

# 傾聴ボランティア「まごころ」

## あなたのお話し、 聴かせてください

### 《活動内容》

- 話を聴いてほしい方なら**誰でもOK!**
  - 活動1回につき**1時間程度のお話相手**です。
  - 費用は**無料**です。
  - 傾聴ボランティア研修を受けたボランティアが訪問します。
  - 個人情報をお他人に漏らすことはありません。
- ※家事のお手伝いはお受けできませんので、ご了承ください。

否定せずに聞いてくれるから、  
自分の気持ちを話すことができました。

介護で体も心も疲れていたけれど、  
元気が出ました。

定期的に訪ねてきてくれる人ができて、  
楽しみが1つ増えました。

不安だった気持ちが少し  
楽になりました。



ゆっくり話を聞いてもらえるから、  
とても安心します。

令和7年6月作成

申込先

真庭市地域包括支援センター 保健師、地域支援コーディネーターまで

電話 0867-42-1079 FAX 0867-42-1305

～まずは、ご連絡ください～

# 利用までの流れ

## ①相談・連絡

真庭市地域包括支援センターにご連絡ください。  
ご本人・ご家族・地域の方・ケアマネジャーなど、どなたでもご連絡ください。



## ②事前訪問

市の担当者等がご自宅に訪問をして、体調の確認や訪問頻度などを一緒に決めていきます。その後、担当のボランティアが決定します。



## ③傾聴ボランティア訪問開始

担当ボランティアがご自宅等に訪問をして、お話を聴かせていただきます。  
お茶等の準備は一切不要です。  
相性等で不都合があるときには、遠慮なくお申し出ください。

## 傾聴ボランティア「まごころ」申込書

|                                        |  |                                                                      |                                                |    |
|----------------------------------------|--|----------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|----|
| お名前                                    |  | 年齢                                                                   | 住環境                                            |    |
|                                        |  |                                                                      | 自宅・入所（                      ）                  |    |
| 住所 〒                      —<br><br>真庭市 |  |                                                                      | 介護認定                                           |    |
|                                        |  |                                                                      | 無      ・      有<br>介護度（                      ） |    |
| 日中連絡が取れる電話番号                           |  | 訪問希望日時                                                               |                                                |    |
|                                        |  | 頻度：毎月                      回      /毎週                      曜日<br>時間： |                                                |    |
| 注意点・留意点                                |  |                                                                      |                                                |    |
|                                        |  |                                                                      |                                                |    |
| 紹介者氏名                                  |  | 連絡先                                                                  |                                                | 所属 |
|                                        |  |                                                                      |                                                |    |