

日中お一人の高齢者や高齢者世帯の“ちょっとした困りごと”を組合員さんがお手伝いする有償の互助サービスです。  
頼みごとがある利用者さんのことを「たのお手さん」、支援活動を行う支援者さんのことを「まかせ手さん」と呼びます。

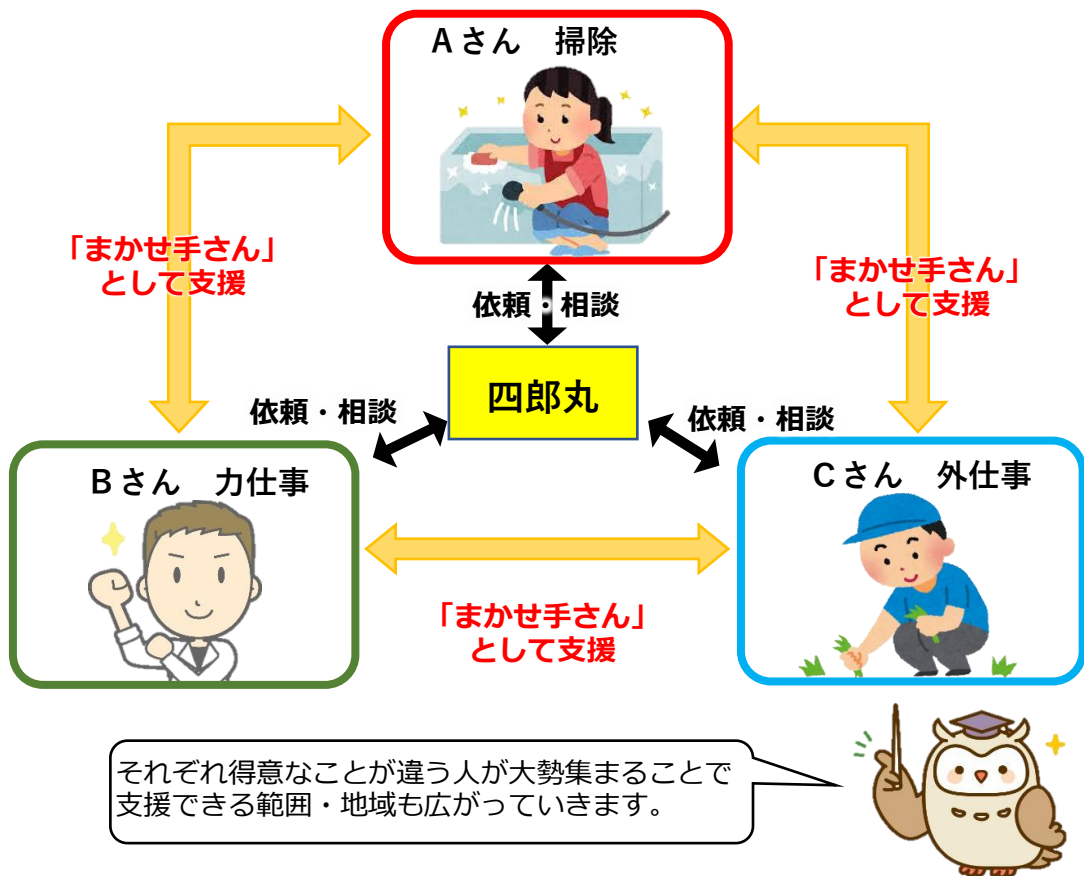
## 「できること」を役立てる

Aさんは掃除！

Bさんは力仕事！

Cさんは外仕事！

利用者「たのお手さん」として仕事を依頼するだけでなく、得意なことやできることを活かし、支援者「まかせ手さん」として活動することも出来ます。



### 「ちょっとたのお手」の概要

**利用料金** 30分 500円（組合員外 700円）  
チケット制。内容によって例外あり。  
ながおか医療生協の組合員は組合員価格でご利用いただけます。

### これまでの主な支援内容

一般的な掃除、片付けの手伝い、電球交換、家屋内の簡単な補修、網戸・すだれの取り付け・取り外し、軽い家具の移動、衣替え、たんす整理、こたつかたづけ 等。  
※まかせてさんの登録状況によって、可能な支援項目は変わっていきます。ここに掲載がない内容でも、まずはお気軽にご相談ください。

### 支援者「まかせ手さん」大募集

相互支援サービス「ちょっとたのお手」で自分の「できること」を活かしてみませんか。  
(活動手当あり 60分 ¥800)

お問い合わせ くらいしいきき支援室 ☎30-1161 まで