

日常で困ったときの

# ちょこっとサービス

かわりに買物を  
頼みたい・・・



電球交換をしたいけど  
高い所は大変・・・



粗大ごみの  
家具を出したい・・・



だれか一緒だと  
通院も心強い・・・



日常の【ちょっとした困りごと】を、お手伝いできるサービスがあります。

どこへ頼むのがよいかわからない方、継続的な買物や掃除等の支援が必要な方は、お住まいの地域を担当する地域包括支援センターにご連絡ください。

支援してくださるお仲間も募集しています！



詳しくは裏面をご覧ください！



これは助かる

# 主なサービス一覧

シニア・・・ここでは65歳以上の方

名称と内容	利用できる方	利用料金	お問い合わせ先
介護保険訪問型サービスB 住民による生活援助です	要支援1又は2の方 ほか	1時間 200円～	地域包括支援センター (連絡先は下記参照)
笑顔サービス 住民同士の支え合いです	シニア、障がいのある方、子育て中の 社会福祉協議会会員	1時間 800円～	社会福祉協議会 03-3488-0787
家事援助サービス シルバー会員によるお手伝い	狛江市内の どなたでも	1時間 1,197円～	シルバー人材センター 03-3488-6735
こまチアお困りごとサポート 住民同士の支え合いです	狛江市内の どなたでも	15分 300円～	comarch (こまち) 03-5761-4102
お助けさん (Care & Cure) 障がいのある方と職員がペア になってお手伝いします	岩戸・猪方・駒井町 にお住いのシニア (他地域検討中)	15分 300円～	TODAY 喜多見 (就労支援B型) 03-5761-9417
まごころサポート 主にシニアへのお手伝いです	シニア、妊婦、お体の 不自由な方	15分 500円～	狛江つくば クリーニング店 0120-849-027

★提供できる内容はそれぞれ異なるので、直接お問い合わせください。

どこに頼むのがよいかわからない方は、下記へご相談ください。



～和泉本町・東野川・西野川にお住まいの方～

**地域包括支援センター こまえ正吉苑**

03-5438-2522



～中和泉・西和泉・元和泉・東和泉にお住まいの方～

**あいとぴあ 地域包括支援センター**

03-5438-3565



～駒井町・猪方・岩戸南・岩戸北にお住まいの方～

**地域包括支援センター こまえ苑**

03-3489-2422

## 狛江市生活支援体制整備協議会

事務局：狛江市福祉保健部高齢障がい課

令和5年3月発行

