

—暮らしの中のちょっとした困りごとを

お手伝いするたすけあい団体です—

# 光ヶ丘地域ささえあい

サポート内容		料金
ゴミ出し（8時～8時30分） ゴミ当番代行（ネット出し・ネット片づけ）		1回 100円
買い物同行（いっしょに買い物に行き、 重い荷物を持つなどを支援します） 買い物代行（買いたいものをお聞きし、 ご自宅へ届けます）		30分 200円
見守り・話し相手 外出付き添い（公共交通機関を利用します）		9時～ 17時 60分 400円
簡単な家事（そうじ、洗濯、片づけ など）		

## ◆光ヶ丘地域の方ならどなたでも利用できます

つくしが丘町会 東中新宿町会 中新宿町会 豊住町会 中原町会 今谷上町町会  
光ヶ丘団地自治会 東山町会 光ヶ丘中部町会 光ヶ丘東部町会 豊原町会 今谷南町会  
グリーンハウス南柏自治会 光ヶ丘第2 エステート町会 廣池町会 中原県営住宅自治会

※町会に加入されていない方、上記以外の光ヶ丘地域にお住まいの方もご利用できます

問い合わせ、利用の相談は **光ヶ丘地域ささえあい** へ

# 080-7676-5289

コーディネーター（森本）が、お話しを伺い対応します

★協力員（支援をしてくださる方）募集中！ご連絡をお待ちしています