

困りごと

の解決、お手伝いいたします！

下記のような、どこに相談したら良いのかわからないこと、こんなことができたらいいのに…とまっていることはございませんか？

家の内外の
作業が出来なく
なった

車の運転が
出来なくなり
用事が足せない

体が弱く
なってきて
心配

楽しみの場に
参加したい



まずはお気軽に無料相談をご利用ください

困りごとに応じて、専門機関や企業、団体を紹介致します。

(対応可能な困りごとの例は裏面の一覧をご覧ください。)

解決した際は企業、団体の規定による料金が発生する場合があります。

地域により、または緊急の場合は対応しかねる場合もありますので、ご了承下さい。

tel 0278-25-9082・090-6143-5895

受付時間 am9:00~pm5:00 休日 土・日曜日、祝祭日



「お助け隊のいる 利根沼田わがこと・まるごと相談所」事業

利根沼田
まち・ひと・しごとづくりセンター

ささえあい

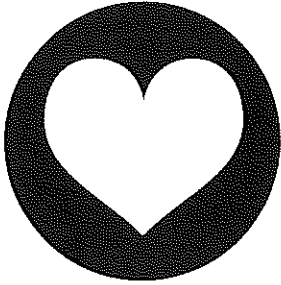
〒378-0005群馬県沼田市久屋原町340-1
(NPO法人 手をつなごう内)

「お助け隊のいる 利根沼田わがこと・まるごと相談所」

関係機関が地域住民の「あったらいいな」に応えるべく、協働で立ち上げたささえあいの事業です
趣旨にご賛同頂き、ご協力頂ける企業、団体様も募集しております

対応可能な困りごとの例

福祉・医療



- 福祉、医療相談
 楽しみの場の紹介、施設入所、介護サービスの利用
 障害者サービス、子育てなど
 ※必要に応じて専門の相談機関を紹介します
- 車イスの貸出
- 生前整理、遺品整理
- 消費生活相談

家事・軽作業



- 家事代行サービス
 洗濯、掃除、ゴミ捨て、買い物など
- 雑事
 買い物、移動販売、留守番、包丁研ぎ、雪かきなど
 行政各種書類、作成、提出代行
- 各種代行、代理業務など
 お墓参り（お墓掃除、お花、撮影）など
- ハウスクリーニング
 レンジフード、キッチン、お風呂、トイレなど掃除
 ゴミ屋敷、汚部屋、家屋の片付け
 粗大ゴミ廃棄手伝い（タンス、冷蔵庫、テレビなど）
- 家財整理
 大きい家具や日用品などの移動

家屋修繕・保全



- アパートや一軒家を探している
- 家屋内外の修理
 サッシや網戸の取替え、修繕
 建てつけの不具合、屋根修繕など
- リフォーム
- 軽作業
 庭の木の枝切り、剪定、家具組み立て、ドア取替えなど
- 水道やガス、電気関係の不具合

家電関係



- パソコンの不具合、修理、操作サポート
- パソコン周辺機器設定
- スマホや携帯の各種設定、操作サポート