

みなさんの力 活かしませんか？

困ったことがあったとき、他の誰かに力を貸してもらって解決することがあります。逆に、自分にできることがあれば、誰かのために役立てることもできます。そんなお互いの「ちょっと力を貸して欲しい」「できることで社会に貢献したい」という気持ちを、仕事で、ボランティアで、助けたり活かしたりすることができます。今回は2つの取り組みを紹介します。

○シルバー人材センター ○アダプトプログラム



引き受けている主な仕事は、下表をごらんください。まずはシルバー人材センターまでご連絡ください。

少し手を借りたい作業を、経験と知識を活かして、元気な高齢者がお引き受けます！お気軽にご相談ください。作業内容を確認したうえで、センターがその業務に最適な会員を選任し、業務に当たります。

「業者をお願いするほどじゃないんだけど…」
「自分の力じゃちょっとできないかも…」

こんな仕事引き受けます！

頼めること		
請負・委託	技能	剪定、大工、左官、障子・襖・網戸の張替など
	事務	受付事務、電話番、宛名書き、毛筆筆耕など
	施設管理	駐車場管理、駐輪場整理、公共施設管理など
	屋外	草刈り、草取り、公園清掃、農作業、チラシ配布など
	屋内	清掃（工場事務所・店舗、一般家庭）、家事手伝いなど
	福祉援助	話し相手・介助、家事援助、引越片付け・整理など
派遣	技術	各種自動車の運転、設備機器の保守点検など
	工場	ロープ製造、包装・梱包作業など
	店舗	商品管理、調理補助・皿洗いなど
独自事業	刃物研ぎ、洋服のリフォーム	



長寿課 ☎ 66 ◆ 1 1 3 5

※ 高所、危険な作業などお引き受けできない場合があります。

そうだ、シルバーさんに頼もう！