

# こんな仕事をお受けしています

☎042-425-6611

## 暮らしの中のお手伝い

### 家事のお手伝い

- 家庭の掃除
- 買い物
- 植木の水やり
- 洗濯



### お住まいの美化

- ふすま・障子・網戸の張替え
- 簡単な補修・棚取り付けなど大工仕事
- 植木せん定・刈込みなど庭仕事  
(高さ・薬剤散布等の制限有)
- 屋内外の清掃      ○除草

### 「お困りごと」を応援します

- 家具・荷物の移動
- 電球・蛍光灯の取り替え
- 換気扇の掃除
- 通院の付添い・順番取り
- 包丁研ぎ
- 出張着付
- お墓の掃除
- その他、お気軽にご相談ください

#### 作業料金の例 (一部)

家事のお手伝い	980円~/人・時間 1,100円~/回
ふすまの張替え	2,440円~/面 (標準)
障子の張替え	1,570円~/枚 (標準)
植木のせん定	14,030円/人・日 (処分費は別途)
除 草	960円/人・時間 (処分費は別途)

※無料でお見積りいたします。

## シニアのためのパソコン教室

- パソコンの始め方と入力 (無料講座)
- 入力トレーニング講座
- 基礎講座 (毎週火・金曜日)  
パソコン入門講座  
ワードやエクセルの  
初級講座・中級講座
- 活用講座 (毎週金曜日 午後)  
ワードやエクセルの応用  
インターネット・メール・写真の処理など
- 実用講座 (月1回)  
基礎講座、活用講座の範囲を超えたパソコン  
活用について



★訪問サービスも行っています  
★会場は東伏見教室、案内書をご請求ください

## 華工房 (エコプラザ西東京で展示)

- 着物や帯からの製作
- ①バッグ ②帽子 ③小物類
- ④作務衣 ⑤ベスト など



作業所 (西原総合教育施設内)  
毎週土曜日10時~16時 ☎042-467-1074

## 家具リサイクル

場所はエコプラザ西東京

- リサイクル可能な家具を無料で引き取ります
- 補修などした家具を実費でおわけしています  
(お問合せは ☎042-421-4445)



## 和洋服リフォーム

- 洋服の寸法直し、ファスナーの取り替え
- 和服からのリフォーム
- 和服のお仕立て・寸法直しなど
- 幼児・学童用の袋物の製作

受付は原則、火・木曜日 (和服は火曜のみ)  
10時~16時 センター事務所地下1階  
(ご来所時は☎042-425-6611へ)