

# シルバーパワー ご家庭のお助け隊

(お見積もり・ご相談無料)



庭木のお手入れ

雑草取り

落ち葉掃除

水やり

庭全般の掃除

農作業の補助業務

障子・襖の張り替え

同じ階の家具等移動

1階のガラス拭き

(2階以上は内側のみです)

室内の掃除・洗濯・買い物

(その他詳細は裏面へ)

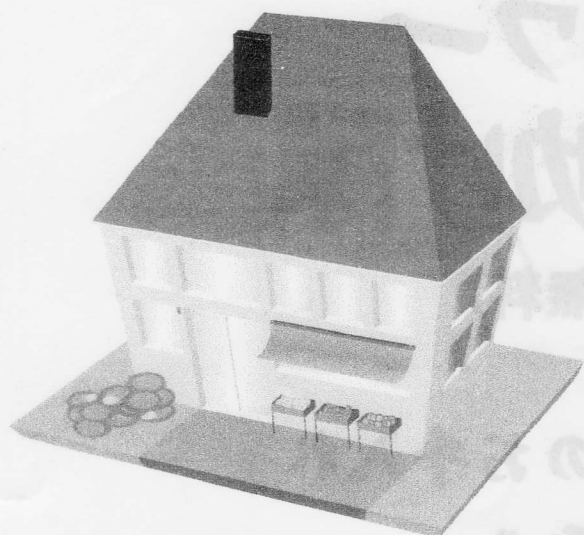


社団法人 前橋市シルバー人材センター

前橋市元総社町2-20-6

TEL027-254-5022・FAX027-254-5444

大胡事務所 前橋市河原浜町483 Tel 283-2366  
富士見事務所 前橋市富士見町田島902-1 Tel 288-2342



**1 階の樋修理**

**1 階波板の取り換え**

**木塀修理**

**物置の整理**

**テラスの改修・補修**

**ドアの修理**

**大型犬を除く犬の散歩**

**パソコンで原稿作り**

**蛍光灯・電球の交換**

(買い置きのある蛍光灯・電球取替え)

**食事の支度**

**留守番・話し相手**

**家事全般のお手伝い**

**農作業のお手伝い**

**お墓の掃除引き受け**



**公益的・公共的団体なので安心です。**

**まずはお気軽にお電話下さい！**

**お待ちしております。**

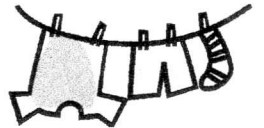
(30 分未満 1 回 500 円)

# シルバーちょこっとお助け隊

➤ 30 分未満のちょっとした頼み事を引き受けます。

ご利用時間 午前 7 : 30~午後 5 : 00

➤ 前橋市内に居住している、高齢者世帯は利用 OK です。



➤ 次のような、短時間で済むお仕事、お任せ下さい。

- |              |            |              |
|--------------|------------|--------------|
| ●電球・蛍光灯の取り換え | ●回覧板回し     | ●小鳥かごの掃除     |
| ●漬け物石上げ      | ●花の水やり     | ●買い物代行       |
| ●洗濯物干し・取り入れ  | ●鉢花の植替え    | ●簡易な家具の移動・組立 |
| ●朝のごみ出し      | ●繕い (ボタン付) | ●その他はご相談     |



➤ 1 回に付 500 円



30 分を超え 60 分以内は 2 回分の 1,000 円となります。

◇ 独居世帯・高齢世帯等の毎日の安心を応援！

◇ ご家庭でのちょっとした不自由をサポート！

お申込連絡先

公益社団法人 **前橋市シルバー人材センター**

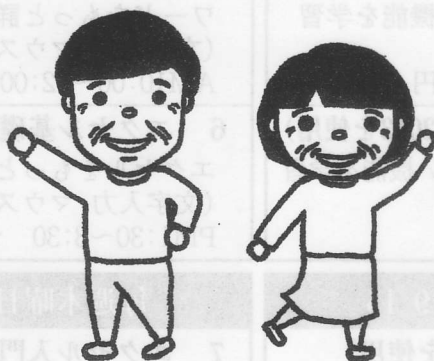
**前橋市元総社町2-20-6**

**TEL027-254-5022**

お申込みの際は「ちょこっとお助け隊」としてお申し付けをお願い致します。

# 新規 会員募集中

市内在住の高齢者（60歳以上）に対し、臨時的・短期的な仕事を提供することにより、高齢者の就業機会の拡大と福祉の増進を図り、併せて活力ある地域社会づくりに寄与することを目的として事業を実施しています。



## 主な仕事

### 一般 作業

除草・草刈り・  
農作業・ポス  
ティングなど

### サービ ス 分野

家事サービス・  
湯茶接待など

### 技能 分野

植木手入れ・  
大工作業・襖  
障子張替など

### 管理 分野

駐車場管理・  
建物管理など

### 専門 分野

パソコン教室  
講師、試験官、  
経理事務など

### 事務 分野

賞状筆耕、書  
類整理、受付  
事務など

会員に登録できる方：前橋市内に居住する60歳以上で健康で働く意欲のある方  
入会手続き：毎月7日（7日が土日祝日の場合は翌平日）の入会説明会に参加していただきます。

年会費：3,000円（正会員会費2,400円＋互助会費600円）

## 公益社団法人前橋市シルバー人材センター

〒371-0846 群馬県前橋市元総社町2-20-6

TEL 027-254-5022 FAX 027-254-5444

大胡事務所 TEL・FAX 027-283-2366

富士見事務所 TEL・FAX 027-288-2342