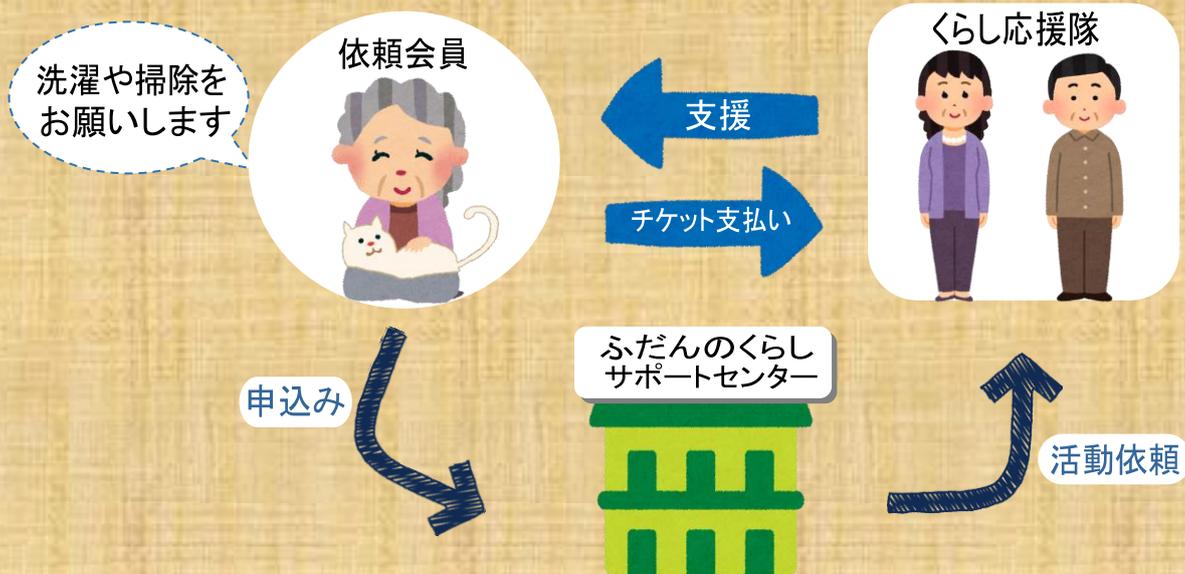


丹波市 ふだんの暮らしサポートセンター



暮らし応援隊は住民主体の訪問型サービスです。地域で安心して暮らせるように、簡単な家事・外出の付き添いなど高齢者の自立した生活を支援します。

支援を受けたい人（依頼会員）が、1時間当たり200円（チケット）を支援を行う人（暮らし応援隊）に支払うシステムです。



ゴミ出し



部屋の掃除



食事の準備・片付け



外出の付き添い



※次の活動はできません。

依頼会員以外に関する家事援助、ペットの世話、洗車、草刈り、家具の移動、大掃除 など



ふだんの暮らし
サポートセンター

南部（柏原・山南地域） ☎080-8546-8013（柏原町柏原 2715）

西部（氷上・青垣地域） ☎080-8546-8014（氷上町常楽 209-1）

東部（春日・市島地域） ☎080-8546-8012（春日町黒井 1500）

○ できること

- 一般的な調理、配膳、後片付け
- 日常的に使用する屋内の掃除
- ゴミ出し、準備、後片付け、
- シーツ・布団カバーの交換など
- 洗濯、洗濯物の乾燥、取り入れ、収納、アイロンがけ
- 衣替え等の衣服の整理、ボタン付けや破れの修繕
- 買い物の代行（嗜好品を除く）
- 薬の受け取り
- 外出や通院時の付き添い（身体介護を除く）
- 配達された郵便物の整理

✕ できないこと

- 依頼会員以外の方に関する家事
- 来客の接待、ペットの世話
- 自家用車の洗車、清掃
- 戸外の草引き、草刈り、花木の水やり、植木のせん定
- 家具などの移動、居室の模様替え
- 大掃除
- 室内外家屋の修理、ペンキ塗りなど
- 正月・節句などの特別料理の調理

援助活動時間

- 平日の午前 7:30 から午後 5:00 まで（土日祝、年末年始はお休み）
- 1 回の活動は原則 1 時間、上限 2 時間まで



料金

時間	利用料
～1 時間まで	200 円
～1 時間 30 分まで	300 円
～2 時間まで（上限）	400 円

※応援隊の自家用車で買い物等の支援を行なった場合は、利用料に加えて 1 回 1,000 円の交通費負担が必要です。（町内 1 回 100 円、市内 1 回 200 円）

※実際の支払いは事前購入されたチケットで行ないます。
※チケットの購入場所はふくサポまたは社協各支所です。



ご利用上の注意

- ①ご利用いただくにはふくサポに登録が必要です。
- ②支援内容の変更はふくサポまで連絡してください。
- ③支援活動の取消には取消料が発生する場合がございますので、ご注意ください。取消料については、次のとおりです。

取消連絡日	取消料
活動前日までの取消	無料
活動当日の取消	利用料の半額
無断の取消	利用料の全額