

産前・産後の
家事援助

日曜大工

モーニング
コール

ついでの
おつかい

保育園への
送り迎え

ビデオ撮影

手紙の代筆

趣味・特技
の指導

自転車・バイク
などの簡単な
修理

スポーツの
指導

買い物の
付き添い

話し相手

遠方への
買い物代行

花木の
水やり

電灯・クーラーなどの
フィルター交換

洗車

刃物研ぎ

家電の簡単な
修理

観劇会などの
付き添い

ファックスの
送受信



宅 配便などの
の受け取り

裁 縫

庭 そうじ・
草抜き

洗 濯

ア イロンがけ

ゴ ミ捨て

子 供の世話

出 産・育児
の世話

整 理整頓の
手伝い

近 所への
おつかい





着物(ゆかた)
の着付け

マッサージ

本・新聞の
代読

お墓の掃除

衣替えの
手伝い

ワープロ作成

庭木の剪定

事務局の
お手伝い

ワープロ・
パソコンの
指導

車イスの介助
(通院・ショッピング・散歩など)



**お菓子・ケーキ
づくり**

食事づくり

**簡単なおかず
づくり**

車での送迎

部屋の掃除

生け花

留守番

**家具など重い
荷物の運搬**

**ペットの世話
一時預かり**

**部屋の模様
替えの手伝い**