



# 家事支援等に関するサービス・活動 (五十音順)

	事業所(団体)名	電話番号	内 容											料金目安		
			そうじ	洗濯	買い物の代行	ゴミ捨て	食事準備・調理	外出時の付添	話し相手	草むしり	不用品の処分・回収	雪かき	大工修理等		その他・備考	
①	おうちの御用聞き 家工房 諏訪大手店	0120-574-324	○		○	要相談				○	○	要相談	○	○	・水回り修理 ・エアコン洗浄 ・換気扇の洗浄 ・除菌コーティング(うちすけコート)	500円～
②	社会福祉法人こころ 地域支え合い事業所	54-6001	○	○	○	○	○	○	○	○	○				・身体介助・ストーブ給油・障子張り ・農作業・墓参り・墓掃除・その他要相談 ※会員同士の支え合いのシステムのため保険料・事務費として年間1,000円が必要	1時間 1,000円 (30分 500円) +交通費
③	コープながの 暮らしサポート活動まごころ	0120-755-590	○	○	○	要相談	○	○	○	○					・菓の受け取り ※身体介助・スタッフの車への同乗は不可 ※コープながの組合員が対象	1時間 1,100円(税別) +交通費 土日祝は別料金
④	株式会社 信州タケエイ お片付けサポート係	0120-53-7552	○			○									・生前整理・遺品整理・重い物の移動 ・庭木の伐採・草刈り・解体・土木工事 ・クレーン作業(リフォームや庭石の撤去、物置の撤去等)	1時間 2,500円～ ※業務内容により都度見積り(見積無料)
⑤	住まいプランニング	090-6798-4787										要相談			・空き家の片付け ・介護環境サポート ※女性スタッフ対応 ※1回お試しコース有	介護環境サポート 16,500円(税込)～
⑥	諏訪市社会福祉協議会 ぴっぴの手	52-2508	○	○	○	要相談	○	○	○						生活上のちょっとした困りごとを住民相互(社協会員)で解決する支えあいのしくみです。 ※サポーターの車への同乗は不可	1時間 800円 +交通費
⑦	公益社団法人 諏訪市シルバー人材センター	57-1388											○★		★大工修理は屋根の塗装	1時間 990～1,320円
⑧	株式会社 ダスキン諏訪支店	58-3800	○	○	○		○								・アイロンがけ ・裁縫 ・片付け ※スタッフの車への同乗は不可	1回スタッフ1名 2時間 6,600円(税込)
⑨	株式会社 南信美装	57-1200				○									・草刈り ・植木剪定 ・電気工事・修理等	作業内容によるため要相談
⑩	ニチイ学館 岡谷支店	24-1581	○	○	○	要相談	○	○	○	○			○		・留守宅管理 ・通院介助、病院内見守り ・旅行等への付き添い ※スタッフの車への同乗は不可	[週1回利用の場合] 1時間 2,860円 ※プランにより異なる
⑪	株式会社 浜新聞店 は一とサポート	52-1107			○							要相談			・網戸・障子の張替え・エアコンクリーニング・電球交換、重い物の移動等・出張タイヤ交換 ※相談内容により左記・上記以外のサービスも対応可	30分 500円～
⑫	便利屋すわ店	55-1559	○	要相談	要相談	要相談	要相談	要相談	○	○	○	○	○		・電気工事 ・水のトラブル ・害虫駆除	1時間 3,000円+出張費～
⑬	まごころサポート 信州諏訪KOWA店	0120-963-099	○		○	要相談	○	○	○	○	要相談	○	○		・タイヤ交換・障子張り・包丁研ぎ・庭木の剪定・草刈り・墓掃除・風呂掃除・畑手伝い ※調理は手伝い、大工修理は日曜大工程度 ※生活見守り機器「まごころボタン」有り	簡単サポートは 20分 500円～
⑭	株式会社 ミット	73-8530	○	○	○	要相談	○	○	○		要相談		○		・草刈り ・生前遺品整理 ・空家管理 ・留守宅のペットの世話 ・墓地の清掃、庭木の枝払い等	家事代行のみ 15分 750円～ ※その他要見積り
⑮	ライフサポート 夢しなの	52-6885	○	○	○		○	○	○	○					・菓の受け取り ※スタッフの車への同乗は不可	1時間 2,000円