

3.様々な生活支援サービス①

名称	住所	連絡先	備考
公益社団法人 札幌市シルバー人材セン ター中央支部	中)大通西19丁目1-1 札幌市社会福祉総合センター 2階	011-614-2155 (FAX) 011-614-7612	<p>※電話申し込み</p> <ul style="list-style-type: none"> ●技能群 植木の手入れ(1h 1,654円)、植木の冬囲い(1h 1,476円) 植木の冬囲い外し(1h 1,476円)、組立(1h 1,420円) 裁縫(1h 1,420円) ●一般作業群 除草手廻り(1h 1,354円)、農作業(※畑耕しを含む)(1h 1,420円) 屋内清掃(1h 1,084円)、除雪(1h 1,836円) ●サービス群 家事手伝い(1h 1,084円)、家庭内清掃(1h 1,084円) 話し相手(1h 1,084円) ●事務群 空き家の見廻り(1回 4,277円) ※交通費、材料費込 <p>※交通費については、会員の自宅から作業場所までの公共交通機関を利用した料金。 ※例外として、業務の都合上、車両(四輪・二輪・自転車)が必要で使用する場合、交通費は一律600円(空き家の見廻り除く)。 ※上記職種以外につきましては、お問い合わせください。</p>
コープくらしの助け合い の会	西) 発寒11条5丁目10-1 コープさっぽろ本部2F	011-671-5718 (FAX) 011-671-5741	<ul style="list-style-type: none"> ●【月・火・木・金】10:00~16:30(事務所対応) ●会員による相互扶助【年会費1000円(税込)、初回のみ登録料1,000円】 ●利用料金 1,300円(1時間あたり) <p>内容~家事支援、通院・外出同行、買い物、薬の受け取り、話し相手など (別料金~訪問理容・美容、草取り、家庭菜園の手伝い、荷物整理、ガラス拭きなど)</p> <ul style="list-style-type: none"> ●交通費は実費額を負担。 ※利用時間 10:00~17:00(月~土) ※時間外・日曜日・祝日・年末年始の利用については要相談。
ワーカーズコープ札幌	西) 発寒11条5丁目10-1 コープさっぽろ本部ビル2F	011-669-8182	<p>ワーカーズコープ札幌の生活支援サービス (庭仕事・不要品の搬出・営繕/修理・除排雪・家事援助、他各種)</p> <ul style="list-style-type: none"> ●【庭仕事】剪定/伐採、草刈、冬囲、庭づくり(花壇・藤棚など)など 1人60分2,200円+出張費2,200円(別途消費税)+諸経費(作業費+出張費)×10%基本 ⇒詳細、金額、内容は要相談 ●【家事支援】洗濯・清掃・炊事などの家事作業 随時、もしくは毎週利用の契約あり⇒詳細、金額、内容は要相談 ●【不用品搬出(小荷物運搬、軽貨物引越し、室内家具・家電の移動含む)】【除雪】 ⇒金額、内容は要相談 ●【営繕/修理】内・外装、家屋やガレージなどの解体工事 ⇒見積無料 <p>※お問い合わせ・申し込み：月から土曜日9:10~16:00</p>
機ハウスワーク	中) 北5条西11丁目15-4 BYYARD 2F	【フリーダイヤル】 0120-74-8009 【TEL】 011-211-8372 【FAX】 011-211-8376	<ul style="list-style-type: none"> ●家事代行のお手伝いサービス ●毎週同じ曜日、同じ時間帯に同じ担当者がお伺いいたします。年会費、登録料はありません。 【料金】6,840円/1回あたり(2時間の場合) ●掃除、洗濯、食器洗い、調理、その他。 ●【電話受付】8:00~20:00(年末年始を除く年中無休) ●資料請求、お見積もりは無料です。お気軽にお問い合わせください。
株式会社すけっと	中) 南5条西15丁目2-13- 101	011-688-6844	<ul style="list-style-type: none"> ●家事代行 3,000円/1h (1名で訪問2時間5,000円・2名で訪問1時間5,000円) ●有料駐車場利用の場合は別途駐車料金必要。その他、洗剤や消耗品代がかかる場合あり。 ●大規模ハウスクリーニングや特殊清掃は要相談。

3.様々な生活支援サービス②

名称	住所	連絡先	備考
札幌家事代行メニュー	個人事業のため店舗なし	090-6871-6423	<ul style="list-style-type: none"> ●シニア向けサービスの家事代行 ●週1回定期 2時間5,000円・3時間7,000円（消費税別途）、他 駐車場代別途必要。 ●洗濯、掃除機がけ、お風呂掃除、トイレ掃除、食器洗い、洗面台掃除、庭のお手入れ、ゴミ捨て ●断捨離手伝いなど時間内であれば複数のメニューも可能。 ●やや高所の窓ふき、サッシ清掃も可。要相談。
NPO法人日本理美容福祉協会札幌センター	北) 西茨戸1条1丁目8-27 ノーリ工合同会社内	011-775-7060	<ul style="list-style-type: none"> ●【電話受付時間】9:30~17:00 ●【訪問時間】9:00~17:00 ●【定休日】日・祝祭日・お盆・年末年始 ●【サービス対象者】高齢や疾病などの理由で理容室・美容室に行くことが出来ない方、ご家族の介護により外出が困難な方 ●【訪問対象区域】札幌市全域 ●【料金】カット：2,860円（ベッド上カット1,100円加算） カット+軽い程度の顔そり：3,630円
札幌協修繕センター（札幌市管工事業協同組合）	中) 北2条東8丁目86-10	0120-224-889	<ul style="list-style-type: none"> ●札幌市水道局指定給水装置工事業者171社が加盟し、このうち78社で修繕センターを運営。 ●水回り・凍結関係随時相談可。相談後、居住地最寄りの業者へ取次対応。
有限会社 本田燃料電器	中) 南8条西1丁目13	011-511-5721	<ul style="list-style-type: none"> ●灯油の宅配について（注文配達） ●【営業時間】9:00~16:30、日曜・祝日休み（電話予約：8:30~18:00） ※午前中の連絡で即日配達も可能。 ※室内給油等、相談可。 ※支払いは現金・クレジットカード、PayPay他。 ※集合住宅の配送も行っているが1階玄関前渡し（ケースにより必要時までポリ缶を運搬）。 ※数量によって単価設定（少量配達だと5~10円アップ）。 ※配送料・手数料なし（例外あり）。
キャリアフィットケアサービス 訪問介護ステーション アゼリア北広島中央	北広島市中央3丁目4-6	011-372-2388 (FAX) 011-372-2297	<ul style="list-style-type: none"> ●【営業時間】9:00~17:00 ●【定休日】土日祝、年末年始 ●【サービス対象者】特定しない ●【提供サービス】家事援助・移動支援・安否確認（要相談）・その他広く実施⇒要相談。 ●【費用】60分3,000円（初回見積訪問相談あり）、延長可能。 別途交通費実費、消費税10%⇒その他要確認
ケアセンターりんくる	中) 南14条西7丁目3-40 CORB205	011-520-6760 (FAX) 011-520-6761	<ul style="list-style-type: none"> ●【営業時間】9:00~18:00 ●【定休日】なし⇒土・日は難しい（時間曜日は要相談）。 ●【サービス対象者】特定しない、65歳以上。 ●【提供サービス】身体介助4,000円/h、家事援助3,200円/h。 身体介助・家事援助それぞれ30分⇒詳細は要確認。
社会福祉法人 札幌市社会福祉協議会 ほっ・とプラザ	中) 大通西19丁目1-1 札幌市社会福祉総合センター4階	011-623-4010 (FAX) 011-623-0004	<ul style="list-style-type: none"> ●【営業時間】8:45~17:15 ●【サービス提供時間】8:00~17:00 ※市民のボランティア活動に依るため地域・内容により対応できない場合がある。 ●【定休日】土・日・祝・年末年始 ●【サービス対象者】会員制で、利用会員（会費：年2,400円）、協力会員（入会金：1,200円）。 ●【提供サービス】家事援助（ゴミ出し含む）・外出援助 ●【費用】各サービスで単価が異なる⇒要確認。その他、交通費は実費。

3.様々な生活支援サービス③

名称	住所	連絡先	備考
有限会社コア・ガード	中) 南6条西11丁目1284-4 高砂電機ビル2階	011-563-1311 (FAX) 011-563-1322	<ul style="list-style-type: none"> ●【営業時間】8:00~16:00 ●【定休日】日祝 ●【サービス対象者】特定しない ●【提供サービス】家事援助・移動支援・安否確認(要相談)・院内介助・薬受け取り・その他実施⇒要相談 ●【費用】60分3,000円⇒その他要確認
Halelea	南) 藻岩下5丁目4-13	090-6264-7682 080-1898-3559	<ul style="list-style-type: none"> ●【営業時間】7:00~19:00(日中時間帯)、19:00~翌朝7:00(夜間帯) ●【定休日】年中無休 ●【サービス対象者】特定しない ●【提供サービス】生活援助・身体介護・移動支援・安否確認(要相談)・その他広く実施⇒要相談 ●【費用】60分2500円(日中)、4000円(夜間)⇒その他要確認
ユアセル	中) 北1条西24丁目2-26 Takubi	070-8462-4534	<ul style="list-style-type: none"> ●【営業時間】24時間(応相談) ●【定休日】不定休(応相談) ●【サービス対象者】特定しない ●【提供サービス】生活援助・移動支援・病院付添・草むしり・その他広く実施⇒要相談 ●【費用】60分2,000円(日中)、出張料(区により異なる)⇒その他要確認
付き添いのシエル株式会社	東) 北25条東19丁目7-15 206号	090-7650-8239 (FAX) 011-351-5839	<p>通院・外出の付き添い、入退院の付き添い、自宅の家事・介護サポート、家族不在時の見守り。</p> <ul style="list-style-type: none"> ●【対応地域】北海道：札幌市内及び近隣の市 ●【料金】9:00~18:00の間：4,000円(税込) / 1時間 18:00~9:00の間：4,800円(税込) / 1時間 <p>※詳しくは、お問い合わせください。(月~金 9:00~18:00)</p>
学生団体 wacco		070-9119-1567 (Mail) wacco0826@gmail.com	<p>waccoはシニアとワカモノを繋ぐ「輪っこ」を作る学生団体です！ 見守り、スマホ・PCの操作、除雪、庭掃除、洗濯、通院、買物付き添い等生活支援サービス全般</p> <ul style="list-style-type: none"> ●【対応地域】JR、地下鉄、市電沿線で徒歩20分以内 ●【料金】学生 / 人 × 1,500円 + 交通費500円 <p>※waccoを初めて使う場合は別途1,000円いただきます。 ※対応地域外も交通費を上げて対応できます。ご相談ください。</p>
(株) 道新若林	中) 北1条東7丁目10-55	011-251-2654 (FAX) 011-241-3004 (Email) mwaka@theia.ocn.ne.jp	<p>くらしのお困りごと、お気軽にご相談ください。</p> <ul style="list-style-type: none"> ●電球交換(無料) ●スマホの操作やお悩み相談(無料) ●大型ゴミの搬出(1,000円~) ●パソコンの設置や設定など(4,000円~) ●このほかにも柔軟に対応しています。 ●(株) 道新若林の新聞読者様限定です。
保険外看護サービス 株式会社cocole	南) 澄川5条5丁目11-20	011-558-2255 (Mail) cocole@nurse-planner.com	<p>介護保険・医療保険外の自費サービス(受診同行、入浴介助、外出同行、転院搬送、介護者のレスパイト等、日常のお困り事お気軽にお問い合わせ下さい！)</p> <ul style="list-style-type: none"> ●訪問先や時間帯・滞在時間を自由に設定可。24時間365日利用可。(夜間料金あり、長時間・頻回利用割引あり) ●【看護師付き添い】1時間5,500円(税込) ●【看護師交通費】1,000円 ※市外は要相談 <p>※相談・見積もりは何度でも無料(対面、ZOOM、電話可)</p>

3.様々な生活支援サービス④

名称	住所	連絡先	備考
生活支援ボランティア団体 まごのて	北) 北10条西4丁目1番地 SCビル2F シーズネット内	(MAIL) magonote.otasuke@gmail.com (TEL) 070-8304-6643	大学生が中心となり、高齢者や障がい者が日常生活を送るうえでの支援サービスを提供しています。 ●【利用料金】最初の30分1,000円、以降500円/30分毎(※一部例外あり、詳細は公式サイトにてご確認ください) ●【内容】窓拭き、買い物代行、お話し相手、庭作業、スマホの操作補助等。その他については要問い合わせ。 ●【活動時間帯】おおよそ9:00~17:00(土・日・祝間わず)
アクティブシニア小さな仕事センター (NPO法人北海道社会的事業所支援機構)	中) 南8条西2丁目5-74 市民活動プラザ星園201	090-3394-2176	●基本料金(1時間)1,600円/1人、相談・お見積り無料。 ●【お家の困りごと】お部屋の荷物整理、空き家整理(遺品整理)、家具の移動、お墓の清掃2名1組で1時間から。交通費が別途1,000円/件(3,200円+1,000円=4,200円~)家具の移動、大型ゴミ出し等は1時間以内で終了します。詳細は必ずご訪問してお見積りします。 ●【外出の困りごと】病院の付き添い(行き帰りと院内内)、外出の付き添い(買物、散歩、役所など)1名×2時間からお受けします。(3,200円~)移動費用は、①タクシーを含む公共交通利用の場合は実費負担、②付添者の車に同乗の場合はガソリン代のみ実費負担となります。
NPO法人あえりあ『さぼんて』	中) 北2条東2丁目1番地27 レジティア北2条502号 ※事務所ではありませんが、郵送物は届きます。	(Mail) contact@aeria-npo.org	医療・介護・福祉の有資格者(さぼメン)と、障がい・疾病・高齢などでサポートが必要な人(リクさぼ)、医療・福祉施設(法人)が、つながり合い助け合うプラットフォーム(WEBサイト)『さぼんて』を運営。 リクエスト掲示板に、いつ、どこで、どんなことを、いくらぐらいでお願いしたいかを書き込み、サポートできる有資格者が、自ら拳手して、有償ボランティアを実施できる仕組み。 ※さぼんては、サポートの架け橋の意味で、サポート+ポンテ(イタリア語で“架け橋”)に由来します。 ●【利用料金(登録制)】 さぼメン…登録無料 リクさぼ…月額220円(税込み)+有償ボランティア代(だいたい1,000~2,000円/時) 法人…「さぼんて」の利用料のページをご覧ください。お気軽にお問い合わせください。 ●【調整・実施の流れ】 リクエスト掲示板に、「リクさぼ」や法人が、いつ、どんな内容を、どんな人に、いくらぐらいでサポートしてもらいたいかを投稿し、拳手した「さぼメン」とチャットで具体的なサポート内容や報酬を調整・相談して決定。サポート実施後に、お互いを評価する。 ●【高齢者の利用例】日常生活支援全般、外出同行、通院の付き添い、話し相手、見守りなど(※移動支援は行えません。対象地域：札幌市内)
株式会社鈴木商会 かたづけおせっかい	東) 北丘珠6条4丁目2-1 セントラル営業所3F	(フリーダイヤル) 0800-800-1475 (FAX) 011-790-8663	遺品整理、生前整理、特殊清掃、空き家・ゴミ屋敷整理、消臭、孤独死現場清掃、お焚き上げ、耐火金庫処分、その他お困り事、法令順守のもとで安全安心。まごころを込めてご対応致します。 ※女性スタッフ在籍 ●【受付時間】平日8:30~17:30(土・日・祝は休み) ●【料金】ワンルームだけの片付けでもOK。金額要相談。人工費用：18,000円~。 その他、人の手伝いのみでも可能。 ●多くの片付け実績あり オゾン使用による除菌消臭作業：別途相談30,000円~。 ご相談・お見積り無料。