

3 様々な生活支援サービス

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	中央区大通西19丁目1-1 札幌市社会福祉総合センター2階	【TEL】011-614-2155 【Fax】011-614-7612	<p>※電話申し込み</p> <p>技能群</p> <ul style="list-style-type: none"> 植木の手入れ (1h,654円) 植木の冬囲い (1h,476円) 植木の冬囲い外し (1h,476円) 組立 (1h,420円) 裁縫 (1h,420円) <p>一般作業群</p> <ul style="list-style-type: none"> 除草手廻り (1h,354円) 農作業 (1h,420円) ※畑耕しを含む 屋内清掃 (1h,084円) 除雪 (1h,836円) <p>サービス群</p> <ul style="list-style-type: none"> 家事手伝い (1h,084円) 家庭内清掃 (1h,084円) 話し相手 (1h,084円) <p>事務群</p> <ul style="list-style-type: none"> 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、業務の都合上車両が必要な場合において車両(四輪・二輪・自転車)を使用する場合、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	西区発寒11条5丁目10-1 コープさっぽろ本部2F	011-671-5718 FAX011-671-5741	<p>月・火・木・金 10:00~16:30(事務所対応)</p> <p>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</p> <p>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</p> <p>訪問料金・美容、草取り、家庭菜園の手伝い、荷物整理、ガラス拭きなど(別料金)</p> <p>利用料金 1300円(1時間あたり)</p> <p>※交通費は実費額を負担。</p> <p>利用時間 10:00~17:00(月~土)</p> <p>※時間外・日曜日・祝日・年末年始の利用については要相談。</p>
ワーカーズコープ札幌	西区発寒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</p> <p>(庭仕事・不要品の搬出・宮繕/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2200円+出張費2200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 ●【宮繕/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>
(株)ハウスワーク	中央区北5条西11丁目15-4 BYWARD 2F	【フリーダイヤル】 0120-74-8009 【TEL】 011-211-8372 【FAX】 011-211-8376	<p>家事代行のお手伝いサービス</p> <p>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。</p> <p>【料金】6,840円/1回あたり(2時間の場合)</p> <p>掃除、洗濯、食器洗い、調理、その他。</p> <p>【電話受付】8:00~20:00(年末年始を除く年中無休)</p> <p>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。</p>
株式会社すけっと	中央区南5条西15丁目2-13-101	011-688-6844	<p>家事代行 3,000円/1h</p> <p>(1名で訪問2時間5,000円・2名で訪問1時間5,000円)</p> <p>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。</p> <p>大規模ハウスクリーニングや特殊清掃は要相談。</p>

札幌家事代行 ルメナージュ	個人事業のため店舗なし	090-6871-6423	シニア向けサービスの家事代行 週1回定期 2時間5000円・3時間7000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	北区西茨戸1条1丁目8番 27号 ノーリエ合同会社 内	011-775-7060	【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）	中央区北2条東8丁目86- 10	0120-224-889	※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	中央区南8条西1丁目13	011-511-5721	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 （ケースにより必要階までポリ缶を運搬） 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	【TEL】 011- 372-2388 【FAX】 011- 372-2297	【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	中央区南14条西7丁目3番 40号 CORB205	【TEL】 011- 520-6760 【FAX】 011- 520-6761	【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	中央区大通西19丁目1番1 号 札幌市社会福祉総合セン ター4階	【TEL】 011-623- 4010 【FAX】 011- 623-0004	【営業時間】 8:00～17:00(サービス一覧提供時間) 8:45～17:15(ほっとプラザ) 【定休日】 土・日・祝・年末年始 ※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 【サービス対象者】 会員制 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・外出介助 【費用】 サービスで単価が異なる ⇒要確認 その他、交通費：実費

有限会社コア・ガード	中央区南6条西11丁目 1284番地4 高砂電機ビル2階	【TEL】011-563-1311 【FAX】011-563-1322	【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	南区藻岩下5丁目4-13	【TEL】090-6264-7682・080-1898-3559	【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	中央区北1条西24丁目2-26Takubi	【TEL】070-8462-4534	【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 2000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	東区北25条東19丁目7-15-206号	【TEL】090-7650-8239 【FAX】011-351-5839	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 【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 ※詳しくは、お問い合わせください。 月～金 9:00～18:00
学生団体 wacco		【TEL】070-9119-1567 【Mail】wacco0826@gmail.com	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、買い物付き添い等生活支援サービス全般 【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 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。
(株) 道新若林	中央区北1条東7丁目10番55	【TEL】(011)251-2654 【FAX】(011)241-3004 【Email】mwaka@theia.ocn.ne.jp	くらしのお困りごと、お気軽にご相談ください。 ・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。

<p>保険外看護サービス 株式会社cocole</p>	<p>南区澄川5条5丁目11-20</p>	<p>【TEL】011-558-2255 【Mail】cocole@nurse-planner.com</p>	<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！) 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 ※相談・見積もりは何度でも無料(対面、ZOOM、電話可)</p>
<p>生活支援ボランティア団体 まごのて</p>	<p>北区北10条西4丁目1番地 SCビル2F シーズネット内</p>	<p>【MAIL】magonote.otasuk@gmail.com 【TEL】070-8304-6643</p>	<p>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1000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)</p>
<p>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)</p>	<p>中央区南8条西2丁目5-74 市民活動プラザ星園201</p>	<p>090-3394-2176</p>	<p>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時間からお受けします。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(行き帰りと病院内)、外出の付き添い(買い物、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。</p>
<p>NPO法人あえりあ『さぼんて』</p>	<p>中央区北2条東2丁目1番地27 レジディア北2条502号 ※事務所ではありません。郵送物は届きます。</p>	<p>【Mail】contact@aeria-npo.org</p>	<p>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、自ら挙手して、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、挙手した「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</p>

株式会社鈴木商会 かたづけおせっかい	東区北丘珠6条4丁目2番1号 セントラル営業所3F	【フリーダイヤル】0800-800-1475 FAX 011-790-8663	<p>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</p> <p>【受付時間】 平日8:30～17:30 (土・日・祝) 休</p> <p>【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)</p> <p>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</p>
-----------------------	------------------------------	--	---