

くらしサポート

日常生活の「ちょっとこまった」
「ちょっとたすけてほしい」という時にご相談ください

「困った時はお互いさま」を合い言葉に

組合員さんが暮らしのお手伝いをします



掃除／洗濯／片付け／食事づくり
買物／託児／薬の引取／話し相手 など



産前・産後で
家事が大変

ぜひ頼ってください！
くらしサポートは
たすけあい精神が
モットーです



ケガや療養中で
料理ができない

スーパー等へのお買い物から
食事作りまで行えます
もちろん家族人数分に
合わせて準備できます



高齢で
家事が大変

掃除、洗濯、食事作りなど
日常生活における
家事全般おまかせください
薬の引取りもできます



離れて暮らす
高齢の親が心配

離れて住んでいて
体が不自由になった親を
助けてあげられない…
おまかせください！
あなたの代わりに
サポートします
※サポートを受けるには
組合員登録が必要です



お部屋が
片付けられない

片付けが苦手だったり
体が不自由で大変という方
お片づけはご依頼の多い
サポートのひとつです



くらしに
ゆとりが欲しい

仕事に育児に家事で
毎日がいっぱいいっぱい！
少しでもいいから
自分の時間が欲しい！
そんな方にもぜひ利用を
おすすめしたいです



ご利用の流れ



1

利用してみたいと思ったら
まずはお電話ください

もしもし



2

パルシステム山梨の
職員がご自宅へ訪問し
お打ち合わせします



こんにちは

3

訪問する
依頼内容に合った
くらしサポーターの決定



4

活動開始



5

活動終了後
活動内容記録表に
サインします



※活動開始時と活動終了時に在宅して頂ければ活動中は外出OKです

基本料金

1時間1,265円税込〜 + 交通費50円〜

パック料金 1回2時間で月2日以上利用される場合は2時間2,420円税込〜

利用日・時間

月曜日～金曜日 ※祝日も可能
朝9:00～夕方6:00

※土曜日・日曜日・お盆・年末年始はお休みとなります

料金例

上の子が保育園児、下の子が生まれたばかりで

お家のお掃除が行き届かない!

1週間に1回1時間、お掃除をお願いしたいわ

1ヶ月の利用料金 1,265円税込×4時間=5,060円税込+交通費



- ✓ 利用の対象は組合員です。組合員ではないご利用の場合、組合員登録が必要となります。
- ✓ 入会金や年会費等はかかりません。※組合員登録には、生協への出資金が必要となります。
- ✓ お支払いは、登録口座からの引き落としになります。

お問い合わせ・お申し込み

活動支援部
くらしサポート

055-243-6342

月曜日～金曜日/9:00～17:00 ✉ kurashi-support@pal.or.jp

お気軽に
ご連絡
ください

