

# 練馬区高齢者お困りごと支援事業のご案内

高齢者の方の日常生活上のちょっとしたお困りごとを、  
地域の元気高齢者が解決します！



## 【ご利用できる方】

区内にお住まいの75歳以上のひとり暮らしの方

区内にお住まいの75歳以上の高齢者のみの世帯の方

介護保険の要支援1・2と認定された方、または、健康長寿チェックシートにより生活機能が低下していると認められる方は、同じ内容のシルバーサポート事業をご利用ください。

## 内 容

シルバーサポーターが日中1時間以内で行うことのできる軽易な作業で、主に下記のサービス内容です。

1時間以内であれば、複数のサービス内容を組み合わせてご利用いただけます。

シルバーサポーターとは、60歳以上の練馬区シルバー人材センター会員です。

## サービス内容

電球・蛍光灯の交換

軽易な家具や荷物の移動

軽易な屋内清掃

軽易な庭の掃除や除草

生活用品の買い物

荷物の整理

## 利用料

1回 500円

同様のサービスの価格例

1時間当たり1,500円から（シルバー人材センター 家事援助サービス（単発）利用の場合）

## 利用回数

6回 / 4月～翌年3月

お申込み・お問い合わせ

練馬区シルバー人材センター

03-3993-7168

（受付：土日祝日を除く午前9時～午後5時）

本事業は、練馬区が練馬区シルバー人材センターに委託して実施しています。

【発行元】練馬区高齢社会対策課いきがい係 電話 5984-4763（直通）