

セッション3

部局横断的な施策展開による住民互助の育成支援

～市町村の立場から～

福祉部局の取組み



祖母山ろくの集落



掛け稲され収穫を待つ棚田

竹田市 保険課 甲斐 香代子

住民主体の活動による生活支援・介護予防の取組み ～大分県竹田市～

○竹田市は、中高年齢層を対象に暮らしのサポーターの養成を行い、実践の場として「暮らしのサポートセンター」を立ち上げ、生活支援サービスや通いの場の運営を委託。人材養成と実践の場づくりを連動させることにより元気な高齢者が担い手として活躍できる地域づくりを実践している。

【ここがポイント！】

市長をトップに、関係機関と住民が自由に議論できる場を用意

竹田市経済活性化促進協議会
竹田市雇用創造推進プロジェクト会議
(会長:市長)
商工団体、社会福祉協議会、医療機関、地域包括支援センター等

めざすべき姿を議論
(自助互助の機運醸成へ) (毎月2回、約半年)

立ち上げ準備(市) (約1年間)

- 1 暮らしのサポーター養成
- 2 活動拠点の整備・事業委託

活動開始(住民)

(半年後)

活動拠点
「暮らしのサポートセンター」
(空き店舗利用)

住民互助の活動体「りんどう」
(会員161人、平均年齢74.2歳)

活動会員(27人):生活支援の提供者
協力会員(19人):寄り合い場の運営
賛助会員(72人):賛同者
利用会員(43人):生活支援の利用者
H25.12月現在



地域包括支援センター	委託1カ所
総人口	24,239人
65歳以上高齢者人口	9,920人(40.9%)
75歳以上高齢者人口	6,241人(25.7%)
要介護認定率	22.2%
第5期保険料	5,500円

平成25年12月末現在

介護予防教室	通いの場(寄り合い場)	生活支援サービス	季節行事・イベント開催
<ul style="list-style-type: none"> 市の健康運動インストラクター養成研修を修了した住民が「竹田ヘルスフィットネス」を結成 市の委託を受けて介護予防教室を企画実施(暮らしのサポートセンターを会場に体力測定と運動指導) 地区の高齢者サロンで運動指導の出前も実施 <p>指導料 4,000円/人回 インストラクター 50~70歳代</p>	<ul style="list-style-type: none"> 暮らしのサポートセンターで「寄り合い場」を運営 年代を問わず気軽に立ち寄ることができる場(手芸・囲碁等の趣味活動、世間話など、過ごし方はさまざま) 木工・陶芸などの手作りの展示販売 <p>オープン 月~金、9:00~17:00 (コーヒー100円、定食300円)</p>	<ul style="list-style-type: none"> さまざまな生活支援(家事、草取り、植木の水やり、ペットの世話、外出支援、簡単な修理修繕など) 利用者とサービス提供者のいずれも会員登録を行い、会費を支払う(年会費1,000円) <p>料金(利用券) 30分400円、60分800円 対価 利用料金の75% (25%は「りんどう」の活動資金に充当)</p>	<ul style="list-style-type: none"> さまざまな年代が楽しめるイベントの企画と実施 住民の交流促進、地域おこし 地域への愛着を育む取組 <p>雪っこカーニバル・歌声喫茶 ミニコンサート・カラオケ大会 チャリティーコンサート・料理教室 クリスマスイベント・しめ縄作り かるた大会・紅白歌合戦 ヨガ・グランドゴルフ大会 など</p>

暮らしのサポートセンター久住「りんどう」



竹田市介護予防強化推進事業(予防モデル事業)の取組みの背景

竹田市は、H19年から、農産物加工や温泉・民泊事業により、産業振興に取り組んできたが、人口の4割が高齢者という状況下で担い手不足などの問題を抱えてきた。

・地域に根ざした雇用創出を図るために、厚労省の「地域雇用創造推進事業」(職業安定局地域雇用対策室)を申請。

・この事業において、経済活性化促進協議会(活性化協議会)を設置。中山間地域で雇用を創出するには、高齢者分野が重要であるという認識から、活性化協議会担当者らが、関係課から高齢者のニーズ等について情報収集。

・活性化協議会と高齢者担当課のやり取りが増え、コミュニティビジネスで高齢者支援をやりようという機運が醸成。(市民が担える生活支援サービスの向上と高齢者層の社会参加)

・タイムリーに厚労省の「市町村介護予防強化推進事業(予防モデル事業)」の募集があり、コミュニティビジネスによる高齢者支援を具体化するために予防モデル事業の申請を行った。

地域雇用創造推進事業(パッケージ事業)

H23.7月~H26.3月

担い手の養成
雇用の場づくり



雇用創出担当課など



産業部局(雇用創出
担当)と福祉部局が
つながった

介護予防強化推進事業

H24.8月~H26.3月

支援ニーズの特定
介護予防の推進



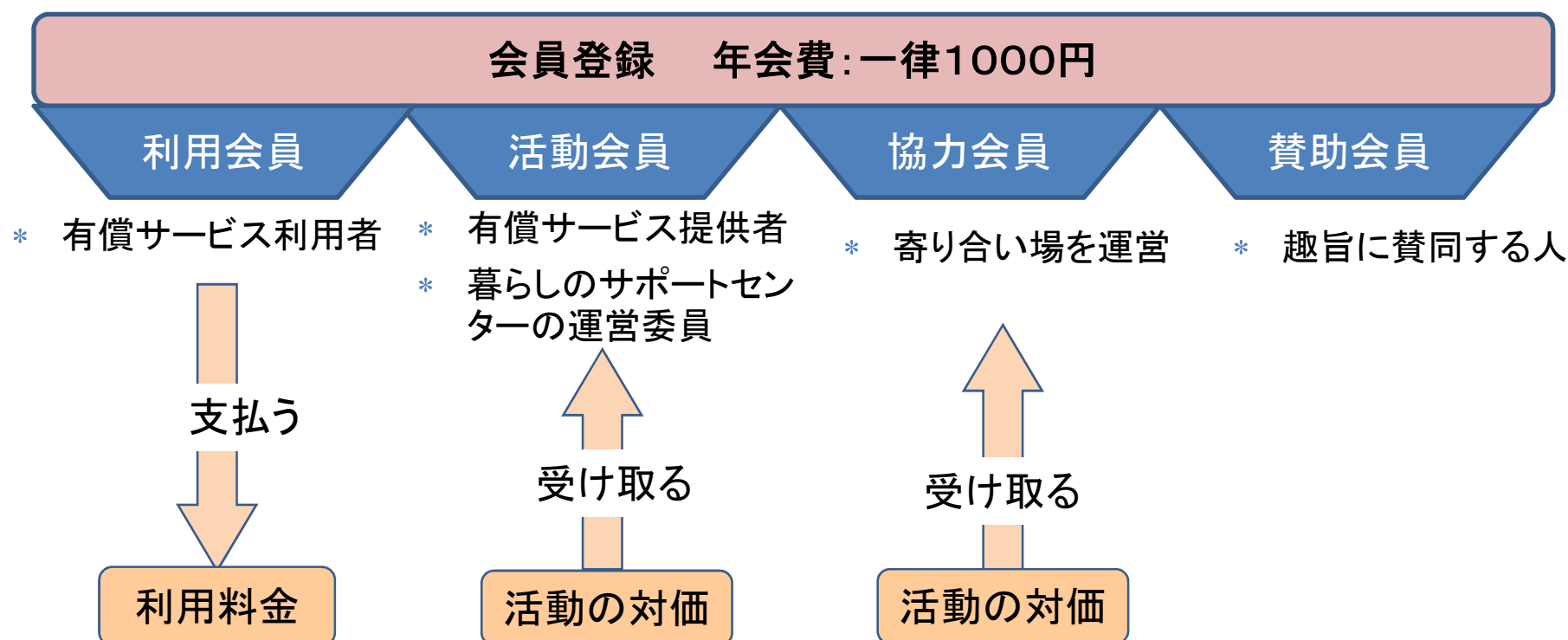
高齢者担当課

地域雇用創造推進事業と予防モデル事業の経過

時期	介護予防強化推進事業 (竹田市保険課)	地域雇用創造推進事業 (竹田市 / 竹田市経済活性化促進協議会)
23 年度		竹田市地域再生計画の認定(内閣府) 竹田市地域雇用創造計画の策定(知事の同意) 竹田市地域雇用創造推進事業の採択(職業安定局) 地域雇用創造推進事業「生き生き興起雇用創出大作戦！」を開始 ・暮らしのサポーター養成セミナー(久住・直入地域)の開催
24 年度	介護予防強化推進事業の採択(老健局) 準備(事業の構想、関係者間の打合せ、支援メニュー準備) 対象者の訪問(説明と同意) 多職種協働による個別地域ケア会議の始動 予防サービス(通所型)、生活支援サービスの始動	・有償サービス実践セミナーの開催 ・リーダー養成セミナー、創業者養成セミナーの開催 ・健康づくりインストラクター養成セミナーの開催(健康づくり分野) 暮らしのサポートセンターシステム構築事業(緊急雇用基金事業) ・暮らしのサポートセンター久住において「寄り合い場」の試行 5月 ・暮らしのサポーターの組織化、設立準備会の設置 健康づくりインストラクター実践事業(緊急雇用基金事業) ・健康づくりインストラクターの組織化、健康づくり教室の実践 暮らしのサポートセンター久住「りんどう」設立(会員43名でスタート) 9月 ・生活支援サービスの実施、寄り合い場の開設、介護予防教室
25 年度	個別地域ケア会議(ケースカンファレンス)の定着 予防サービス(訪問型)の始動 移送サービス検討会の始動(市、社会福祉協議会、暮らしのサポートセンター等で定例開催)	暮らしのサポートセンターシステム構築事業(緊急雇用基金事業) ・ニーズ調査の実施(生活課題実態調査・直入地区) ・暮らしのサポートセンター直入「ゆのはな」設立(2カ所目) 暮らしのサポーター養成セミナー(荻地域)の開催

暮らしのサポートセンターのしくみ

- サービスを提供する人も利用する人も、対等な立場で、互いに助け合うことを基本とし、この考えに賛同する人が、会員登録を行い、年会費を支払う。
- 有償サービスを利用する場合は、1回当たりの規定の利用料金を支払い、その75%がサービス提供者の活動の対価となり、25%が暮らしのサポートセンターの運営費に充てられる。



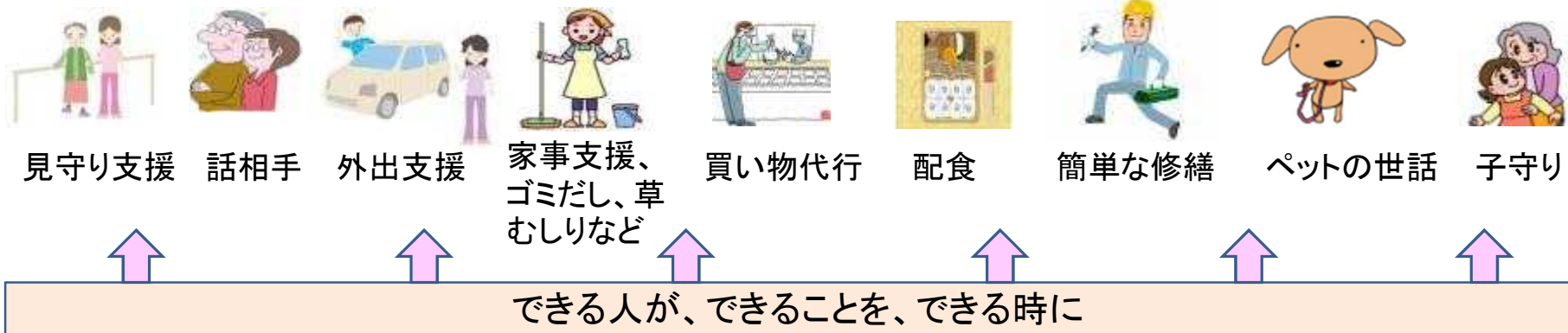
利用券購入方式

- * 1時間:800円
- * 30分:400円

有償サービス(生活支援)



暮らしのサポートセンターの会員同士が、ちょっとした困りごとを有償でサポート



利用登録者数(H25.12月現在)

登録実人数	161人	うち、モデル事業対象者数
活動会員	27人	—
協力会員	19人	—
賛助会員	72人	—
利用会員	43人	19人
合計	161人	19人

利用実績(H25.4月～H25.12月現在) 単位:人日

うちモデル事業

見守り・服薬確認・話相手	91人	25人
外出支援	178人	35人
入院中の家事代行	21人	0人
掃除、洗濯、整理整頓、調理	77人	76人
ごみ出し	22人	13人
草むしり、草刈りなど	42人	4人
買い物代行	40人	1人
その他(修繕、農作業他)	46人	0人
延べ人数	517人	154人

※介護サービスの利用者、障害者、子育て世帯、一人暮らし高齢者などが利用

寄り合い場

- 平日9:00~17:00
- 利用料は無料
- 飲食実費
(コーヒー100円、定食300円)

みんなで調理して会食



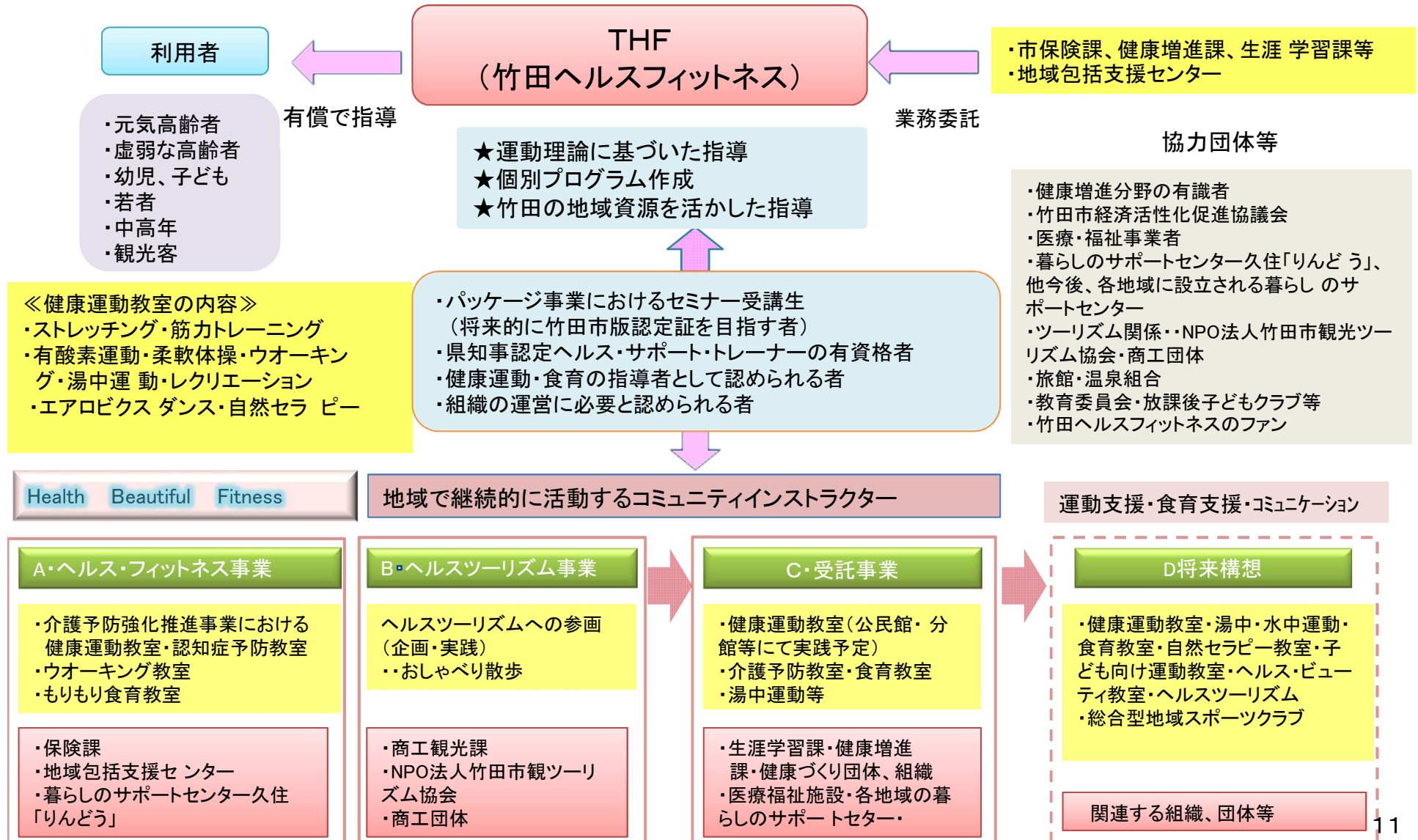
囲碁など、好きなことをして過ごす場

～市町村の立場から～
産業部局の取組み

竹田市 経済活性化促進協議会
渡部 哲哉

健康運動指導の知識を備えた住民が有償で運動指導

- ・市の健康運動インストラクター養成研修を修了した住民が「竹田ヘルスフィットネス」を結成
- ・市の委託を受けて介護予防教室を企画実施(暮らしのサポートセンターを会場に体力測定と運動指導)
- ・地区の高齢者サロンで運動指導の出前も実施



生き活き興起雇用創出大作戦！(H25)

事業メニュー (対象) 重点分野	①雇用拡大メニュー (事業主向け) 事業の拡大、新事業の展開等を支援し地域の雇用機会の拡大を図る	②人材育成メニュー (求職者向け) 地域で求められている人材を育成し、地域の雇用につなげる	③就職促進メニュー (事業主・求職者向け) 地域求職者の就職促進を図る
【健康づくり分野】	○健康づくり企業化支援セミナー 総合的な健康づくり、温泉や食育、自然等地域資源を活かした健康づくりに必要なノウハウを研修。年間6回	○健康運動インストラクター養成セミナー18回 ○高齢者のための健康運動インストラクター養成セミナー6回 ○温泉入浴インストラクター養成セミナー6回 ○食育セラピーインストラクター養成セミナー6回 ○自然セラピーインストラクター養成セミナー6回 ○中核を担う健康運動インストラクター養成セミナー9回 ○温泉利用アドバイザー養成セミナー12回 ○健康づくりにおける創業者養成セミナー6回 ※NPO法人ヘルス・フィットネス・フォーラムの松元義人氏(大分県地域成人病検診センター健康教育増進部次長、健康科学アドバイザー、健康運動指導士)を健康づくり分野のコーディネーターと位置づけ、事業展開を図ります。	
【地域福祉・介護分野】	○地域福祉・介護企業化支援セミナー 多岐多様な地域福祉・介護に必要なサービスを有償ボランティアの制度を導入し、地域住民が住み慣れた地域で安心して暮らし続けるのに必要な「暮らしのサポートセンター(仮称)」の運営に必要なノウハウを研修。年間6回	○暮らしのサポーター養成セミナー18回 ○暮らしのサポーターのスキルアップセミナー18回 ○有償サービスによる暮らしのサポーター養成セミナー30回 ○中核を担う暮らしのサポーター養成セミナー12回 ○地域福祉・介護の分野における創業者養成セミナー6回 ※竹田市社会福祉協議会(地域包括支援センター)、大分県社会福祉介護研修センター等と連携し、地域福祉・介護分野の事業展開を図ります。	
【環境・エネルギー分野】	○環境・エネルギー企業化支援セミナー バイオマスの産業育成に必要なノウハウを研修。年間6回	○廃食用油活用人材育成セミナー9回 ○竹資源活用人材育成セミナー9回 ○新エネルギー活用人材育成セミナー9回 ○環境・エネルギー分野における創業者養成セミナー9回 ※バイオマスタウン構想の実現を目指し、実現性の高いプロジェクトを先行して実施する。	
【総合】	○起業家支援セミナー NPO法人や企業組合など起業化や事業拡大に必要なノウハウを研修。年間6回		○合同企業面接会 4回程度 ○UJIターン説明会4回開催 ○ホームページで情報発信

～地域包括支援センターの立場から～
地域の中で役割を担うことで
元気を取り戻した事例

竹田市地域包括支援センター
坂本信江

事例 (竹田市) 76歳 女性 一人暮らし 要支援2(2012/4/16~2013/4/30) ⇒ 更新せず
 要介護認定を受けた経緯：変形性股関節症で2012年1月に人工関節置換術を受け、6月に自宅に戻る



自宅周辺のウォーキングで体力づくり



暮らしのサポートセンターで食事づくり



収穫した野菜を地域の仲間と販売

	【退院後の状況】(2012.6)	【6か月後】(2012.12)	【9か月後】(2013.4)
ADL IADL	<ul style="list-style-type: none"> ・しゃがむ、床から立ち上がる動作が困難(畑仕事、ふとんの寝起き等) ・重い物の運搬が困難(ゴミ出し、買物の荷物や畑の資材を運ぶ等) 	<ul style="list-style-type: none"> ・畑に腰をおろして草取りができるようになる ・ゴミや荷物等は小分けして台車で運ぶことができるようになる 	<ul style="list-style-type: none"> ・日常生活全般が自分で行える ・野菜づくりが再開(窓拭きや力の必要な農作業は、「りんどう」の生活支援を利用)
医療	外来リハ(20分×週3回)	外来リハ(20分×週3回)	年内で終了予定
地域包括支援センターによるケアマネジメント	①住宅改修(手すり)・福祉用具購入(シャワーチェア) ②社協の貸し出しベッド(給付外)	①温泉水中運動(週1回) ②ノルディックウォーク(自宅周辺を毎日30分) ③暮らしのサポートセンターで役割づくり(食事づくりのメンバーとして)	ケアマネジメント、リハ職の対応は終結 ↓ 【現在】(2013.12) 日常生活が困らなくなり、自ら要介護認定を更新しなかった。 <ul style="list-style-type: none"> ・収穫した野菜を地域の直売所で販売 ・暮らしのサポートセンターで食事づくりのボランティア活動 ・地域の高齢者サロンで元気になった自分の体験を話したり、体操指導等の世話役を担っている
暮らしのサポートセンターとの関わり	<ul style="list-style-type: none"> ・この時点では、暮らしのサポートセンターの生活支援は準備中で、利用できなかった 	<ul style="list-style-type: none"> ・通所:いきいき運動教室に参加 ・生活支援 ・外出支援(病院・教室) ・環境整備(お宮の掃除等) 	

地域や自宅での活動



教室での活動



自宅前で散歩の準備体操



自宅で野菜づくり



野菜の直販所まで散歩

【改善につながった要因】

1. タイムリーな支援ができた
 - ・住宅改修、生活支援等
2. 専門職の指導を受けたこと
3. 意欲があり、継続できたこと
4. 集う場や運動など活動の場があったこと
5. ボランティア活動をしていたこと



- ・ 総合的アセスメントをもとにした支援が必要
(医療・介護・福祉・保健・地域等の協力)
- ・ タイムリーな支援(生活支援等)
- ・ 活動の場所と仲間が必要(社会貢献する場と仲間)
- ・ 集う場所が必要(コミュニティの場)

事例から見えてきたこと

■ 自立支援に向けて

1. 自立支援型ケアマネジメントの推進
 - ・職員の研修
2. 人員体制の強化
 - ・専門職によるアセスメント視点が必要
専門職：作業療法士、理学療法士、管理栄養士、
歯科衛生士等
3. 地域ケア会議の充実
 - ・多職種協働による個別ケースの検討で、ケアプランの質の向上
 - ・個別事例の検討を通じて地域課題解決につなげる
4. 地域とのつながりをつくる
 - ・他の人と交わる場(居場所)をつくる
 - ・意欲や能力を発揮できる場(出番)をつくる

これまでの部局横断的な取り組みから得られたこと(事業効果)

- ①暮らしのサポートセンターが稼働でき、サポーターによる運営の実証ができている。
 - ・ サポートセンターが行う介護予防の取り組みについて、効果的な手法を確認でき、竹田市の高齢者における必要な支援の仕方がわかってきた。
 - ・ 暮らしのサポートセンターは、養成したトレーナーが活躍できる場となった。

- ②通所型、訪問型、生活支援サービス、集いの効果の検証ができる。
 - ・ 複数の事業を関連づけて実施することでより大きな効果につながり、関係者間でケースを共有でき、総合的な支援につながる。
 - ・ 日頃から集いに参加していると、困った時に通所や生活支援につながりやすい。(サービスの受け入れ姿勢)
 - ・ 友人や知人の協力が大きい。

- ③インフォーマルサービスの必要性や活用の啓発につながっている。⇒互助、共助の意識づくりへ
 - ・ 当初、サポーターの生活支援は利用が低調だったが、少しずつ受け入れられるようになった。
 - ・ モデル地区外からも利用を希望する声が聞かれるようになり、事業の継続を希望する声が多くある。
 - ・ 利用者自身がサポーターになっている。

- ④多職種共同、多機関連携による事業効果や成果(目指す将来像、方向の共有)
 - ・ 1人の対象者について多職種からの目線で関わることができ、またサービス提供者も多方面からのアドバイスをもとに対応できるため、効果的な対応につながっている。

- ⑤アセスメントの重要性やケア会議の効果を検証できている。
 - ・ 個別地域ケア会議では、詳細なアセスメントに加え多職種の視点からのアドバイスを受け、優先順位をつけてプランニング、評価することができつつある。
 - ・ また、新たな視点を持つことができスキルアップに繋がっている。

今後の課題

- ①暮らしのサポートセンターの箇所数の拡大に伴う課題
 - ・ 今後、拠点を増やすにあたって、財源確保・人的支援をどうするか。
- ②サポーター養成と活動の拡大に伴う課題
 - ・ 自主活動の促進と組織化
 - ・ 介護予防事業で担ってもらう役割の整理
- ③住民の啓発に伴う課題(自助・互助の意識を育む)
 - ・ 住民の自立に向けた心構え
 - ・ サポーターとして担い手になるやり甲斐を感じてもらうはたらきかけ
- ④既存組織と新しい組織の共存に伴う課題
 - ・ 既存のボランティア組織と暮らしのサポーターとの役割分担、整理、調整
 - ・ 健康づくりトレーナーと竹田ヘルスフィットネスとの役割分担、整理、調整
- ⑤介護保険の枠組みを超えた高齢者支援体制の構築に伴う課題
 - ・ 中山間地域では、移動支援が欠かせない。市内全域で、高齢者の外出を支えるしくみが必要
 - ・ 移動支援は、まさに、部局横断的な取り組みが必要。
 - ・ 特に、交通事業者も交えた検討が必要(移送サービス検討会で話し合いを始めたところ)
- ⑥地域包括支援センターの機能強化に伴う課題
 - ・ PT・OT等の専門職を配置する等により、地域包括支援センターの機能強化が必要。
 - ・ 限られた人員で、自立支援のためのアセスメントとケアマネジメントを充実させるには、現行業務の見直しが必要。(業務の重点化と効率化)
- ⑦財源確保に伴う課題
 - ・ 高齢化率が高い竹田市では、すでに地域支援事業費も上限額に達している。
 - ・ 介護保険財源以外の財源も含めた財源確保が必要

以下、参考資料

竹田市の概況

平成17年4月1日、旧竹田市・荻町・久住町・直入町が合併

(H25.12月末現在 市民課毎月人口集計から)

- ・人口 24,239人
- ・世帯数 10,604 世帯
- ・高齢化率 40.9%
- ・年間出生数 (平成23年) 113人

(H25.12月末現在)

- ・1号被保険者数 9,920 人
- ・うち認定者数 2,202 人
- ・認定率 22.2%
- ・第5期介護保険料 5,500 円



認定区分	支援1	支援2	介護1	介護2	介護3	介護4	介護5
人数	491	361	339	330	227	248	206
割合	22.3	16.4	15.4	15.0	10.3	11.3	9.3

38.7%

69.1%

竹田市の人口

本市の人口は、平成22年12月末現在で 25,267人 であり、近年、減少の一途をたどっているが、特に昭和55年から平成12年までの20年間で 20% の減少、平成12年から平成22年までの10年間で 15% の減少となっており、

75歳以上の高齢者の人口比率は全国の市で 2 位
65歳以上の高齢者の人口比率は全国の市で 5 位 となっている。

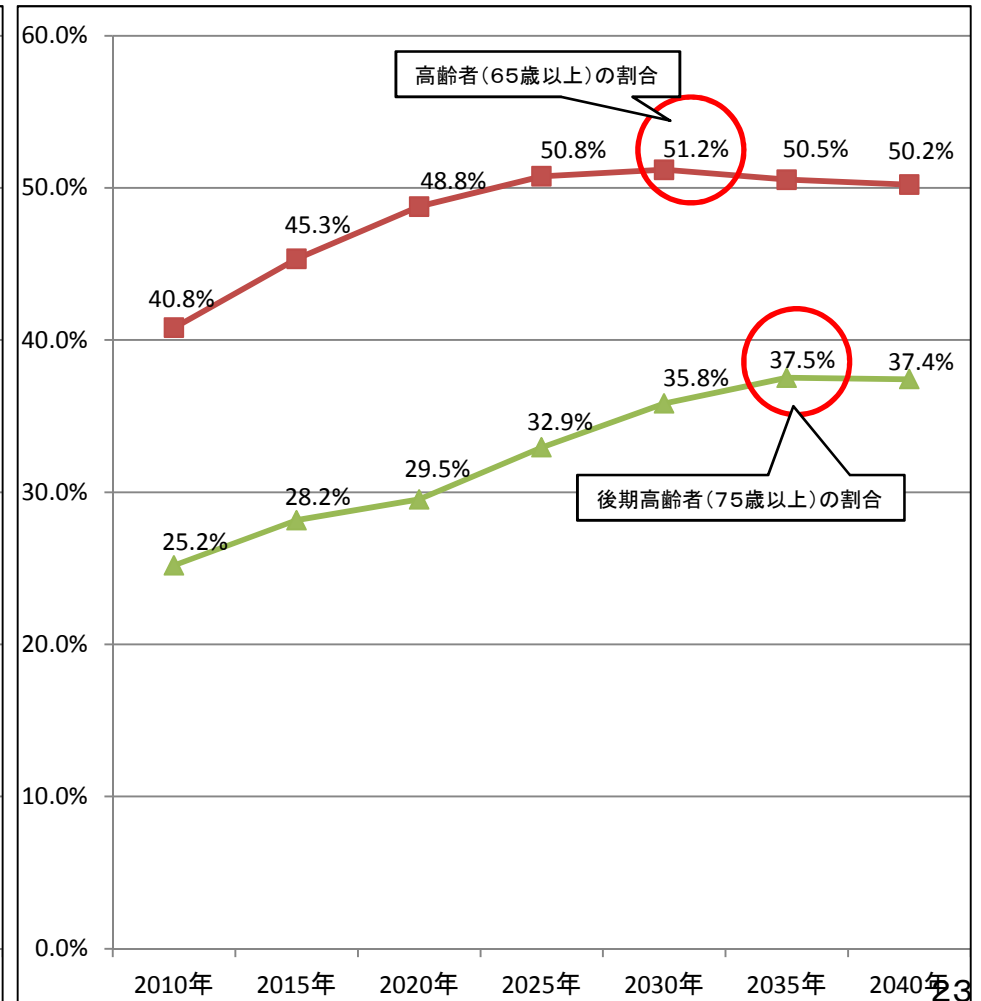
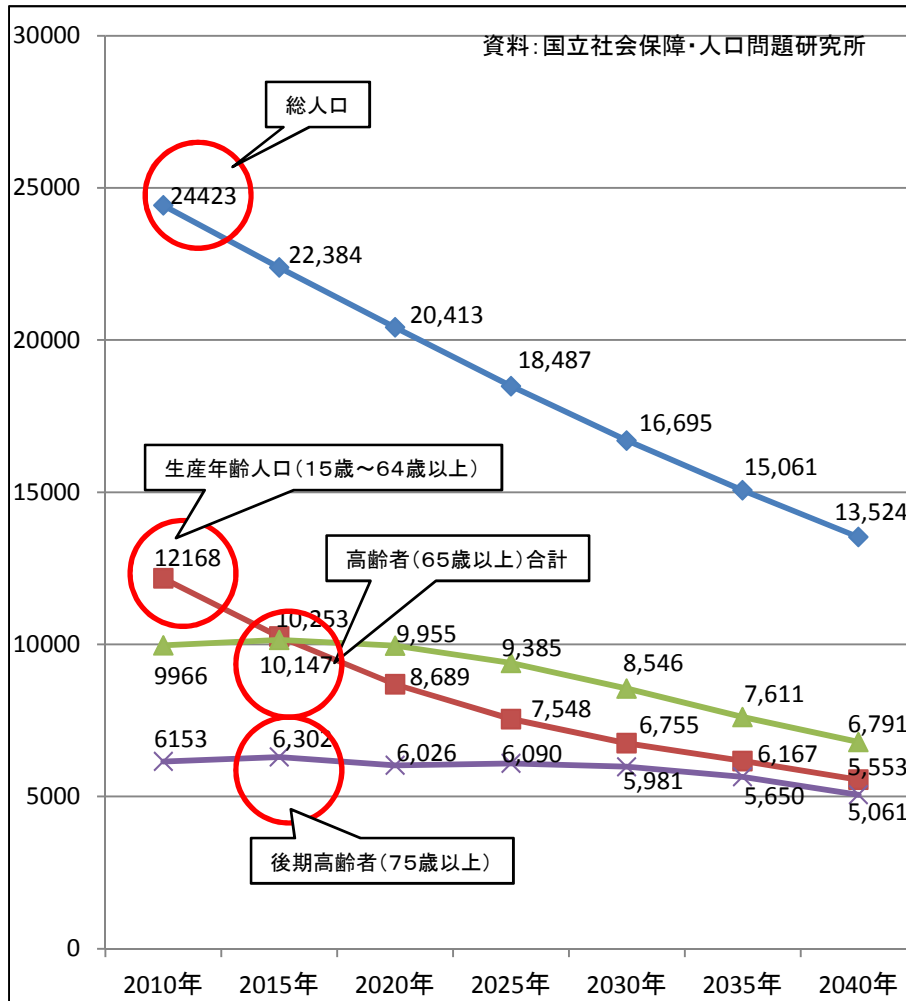
人口・世帯数(国勢調査)

人口(人)、世帯数(世帯)

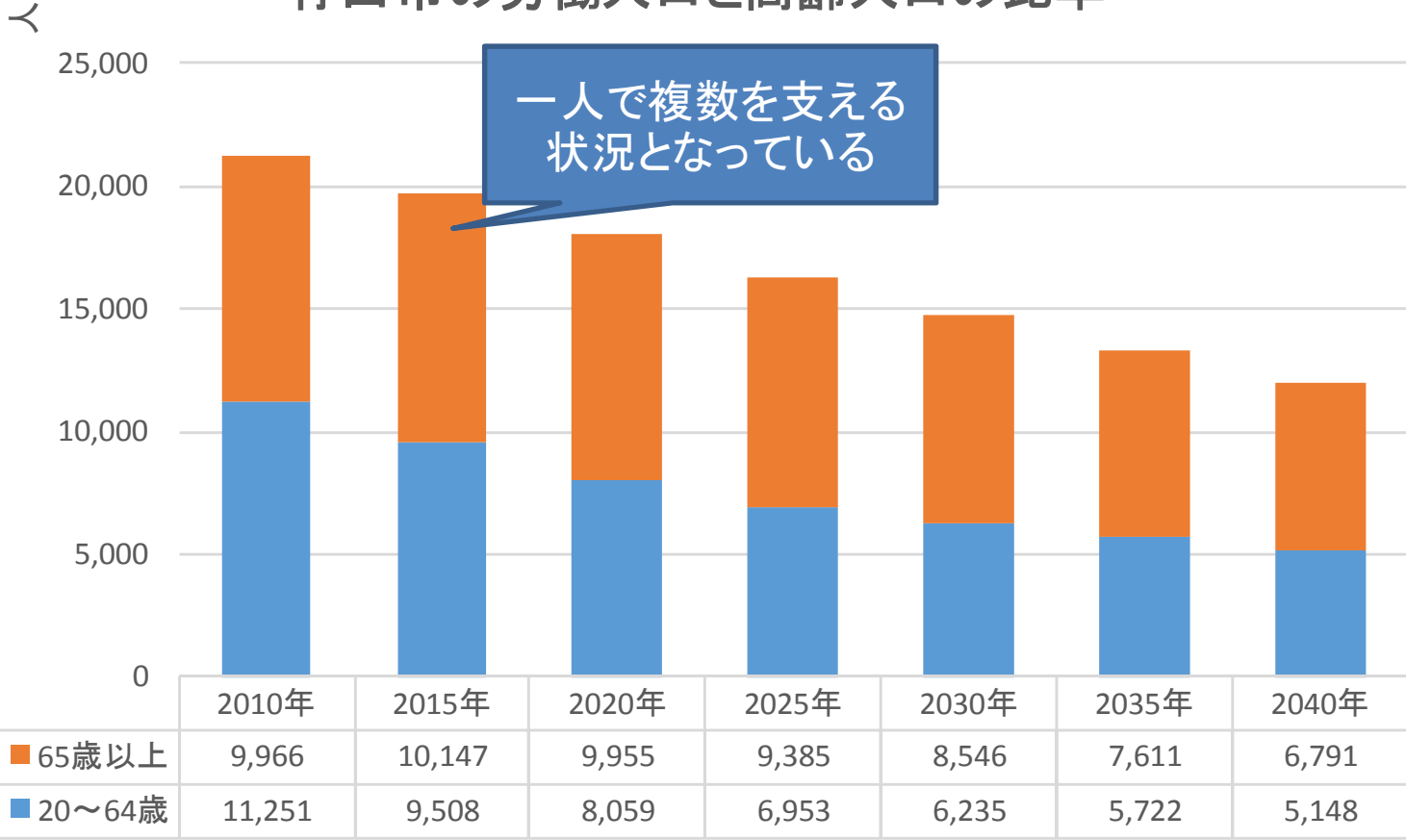
区分	S55	S60	H2	H7	H12	H17	H22
人口	36,011	34,693	32,398	30,368	28,689	26,534	24,420
世帯数	10,701	10,577	10,363	10,248	10,225	10,110	9,594

竹田市の将来推計人口等(平成25年3月推計)

- ・竹田市の総人口は今後減少を続け、27年後の2040年には2010年と比較して**45%減少**する。
- ・生産年齢人口も、今後減少を続け、2040年には、2010年と比較して**54%減少**する。
- ・高齢者(65歳以上)人口は、**2015年**をピークに減少に転じる。対総人口割合(%)は**2030年**がピーク。
- ・後期高齢者(75歳以上)人口も**2015年**をピークに減少に転じる。対総人口割合(%)は**2035年**がピーク。



竹田市の労働人口と高齢人口の比率



一人で複数を支える
状況となっている

1.1人
で1人

0.9人
で1人

0.8人
で1人

0.7人で1人

0.7～0.8人で
1人

厚生労働省職業安定局

地域雇用創造推進事業(パッケージ事業)とは？

市町村等の産業振興施策や各府省の地域再生施策等との連携の下に、地域の協議会が提案した雇用対策に係る事業構想の中から、**コンテスト方式**により雇用創造効果の高いものと認められるものを選抜し、その協議会に対し事業の実施を委託するもの。

(事業内容)

地域の特性を活かした重点分野を設定し、地域の創意工夫による以下の雇用創出事業(メニュー)を策定、実施。

①雇用拡大メニュー (事業主向け)

事業の拡大、新事業の展開等を支援し、地域の雇用機会の拡大を図る

②人材育成メニュー (求職者向け)

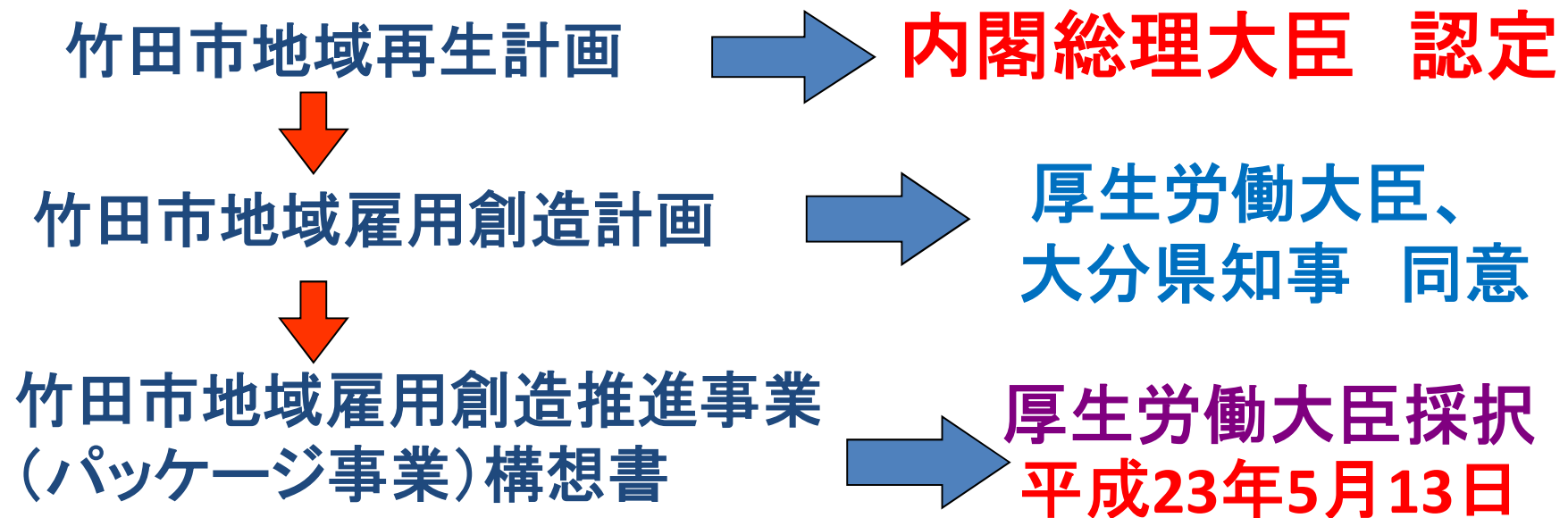
地域で求められている人材を育成し、地域の雇用につなげる

③就職促進メニュー (事業主と求職者向け)

①.②の利用者を対象に、地域求職者の就職促進を図る

パッケージ事業の流れ

- パッケージ事業は、地域資源の活用や創意工夫により、地域雇用の創出による地域再生を目指すもの。
- 平成15年10月に、内閣に「地域再生本部」が設置され、内閣総理大臣が地域再生計画を認定、厚生労働大臣と県知事が地域雇用創造計画を同意した後に、計画に基づいた事業がパッケージ事業として位置づけられる。



◎ 事業目的

超高齢社会の竹田市において、人口の40%を占める高齢者を含めて、健康増進や地域福祉・介護、環境・エネルギーなどの分野において、

自らが生きがいとして働く場を創出し、地域が連携し支えていく仕組みを構築することで、次世代へ繋ぐ竹田ならではの地域内発型の雇用の創出や起業や創業支援を図り、超高齢社会に挑戦！してまいります。



◎ タイトル

生き活き興起雇用創出大作戦！

◎ 重点分野

【 健康づくり分野 】

【 地域福祉・介護分野 】

【 環境・エネルギー分野 】

竹田市経済活性化促進協議会とは？

発足年月 平成 18 年 2 月 (雇用創造協議会として)
構成団体 竹田市 ・ 竹田商工会議所 ・ 九州アルプス商工会
目的 地域雇用創造の核となる産業における新たな雇用創出を促進
活動内容 H19.10月～H22. 3月 第1次パッケージ事業

～ 食育ツーリズム雇用創出大作戦！ ～

H21.2月～H23.3月 実現事業

～ 地域エージェントブランドワン大作戦！ ～

H21.4月～H24.3月 ふるさと雇用創出事業

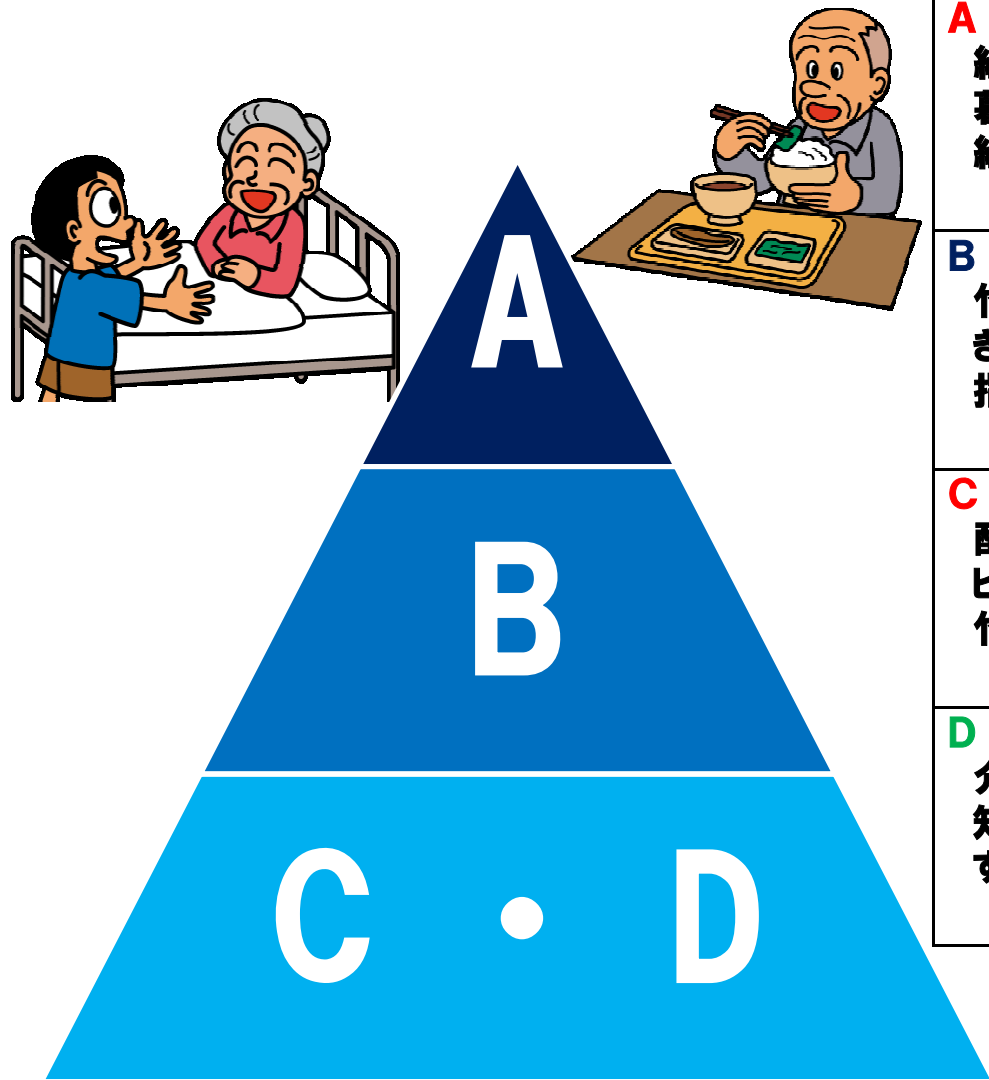
～ 食育ツーリズムデザイングレードアップ事業 ～

構成再編 竹田市 ・ 竹田商工会議所 ・ 九州アルプス商工会
(H23.7月～)竹田市社会福祉協議会 ・ 竹田市観光ツーリズム協会
里山保全竹活用百人会 ・ 竹田市農村回帰支援センター
竹田市医師会(協議中)

H23.7月～H26.3月 第2次パッケージ事業

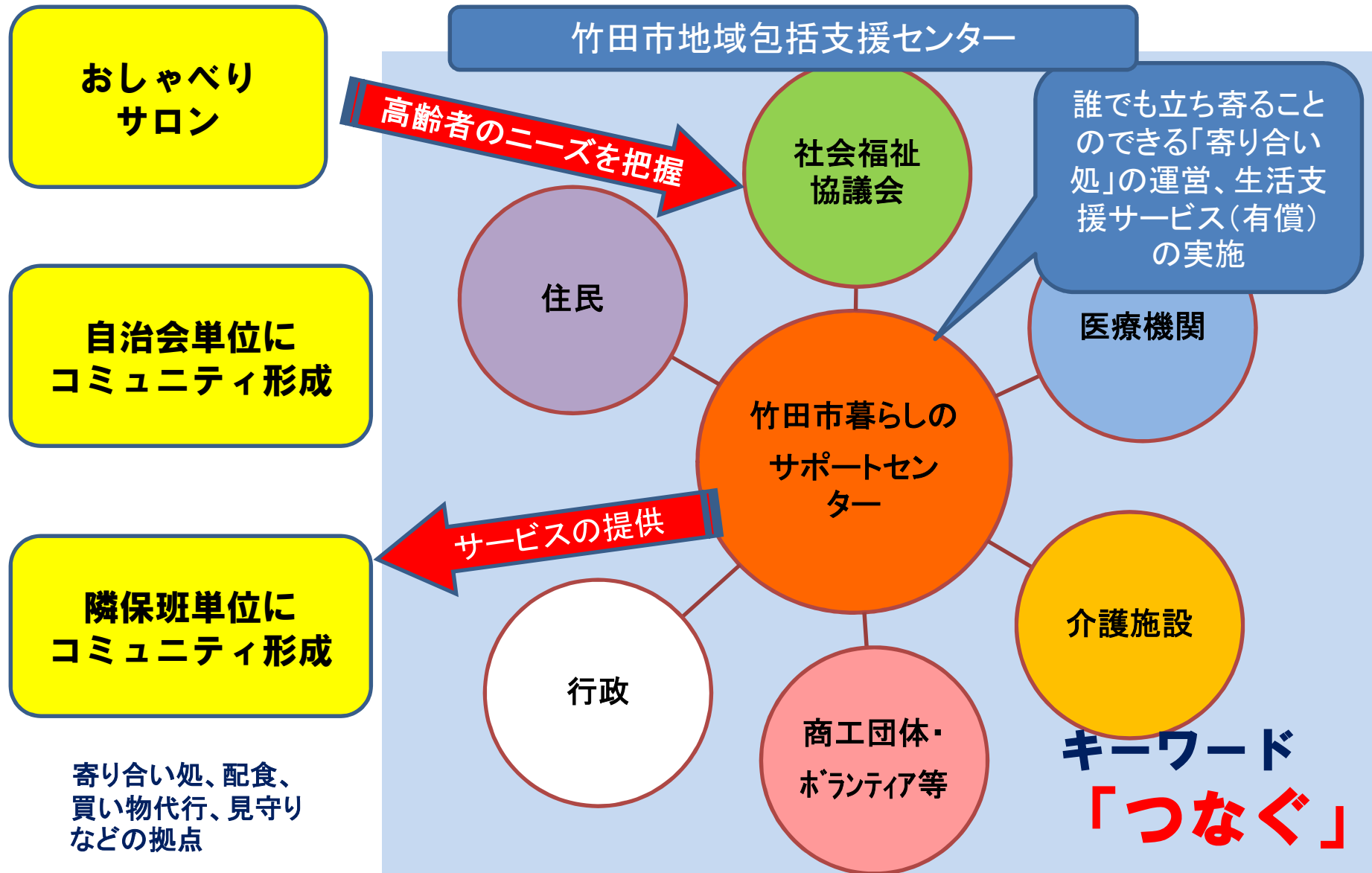
～ 生き生き興起雇用創出大作戦！ ～

地域福祉・介護の人材育成、起業化イメージ



- A 創業者等**
組織化、法人化、経営等
暮らしのサポートセンター(仮称)の立上げ
組織力→ 持続・自立
- B 中核を担う暮らしのサポーター**
竹田ならではの有償サービスを企画・プログラムで
できる中核的な人材を育成
指導力、企画力、→中核的人材育成
- C 有償サービスによる暮らしのサポーター**
配食サービスや買い物代行サービスなど各種サ
ービスを提供できる暮らしのサポーター
竹田ならではのサービスの提供
- D 暮らしのサポーター**
介護福祉等暮らしの支援業務に必要な基礎的な
知識や技術を習得
すそ野を広げます!

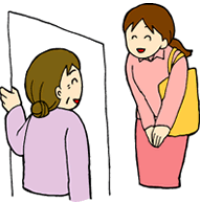
地域雇用創造推進事業の地域福祉・介護分野の取組



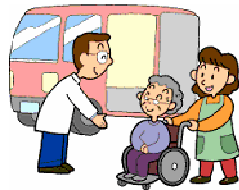
生活支援(有償)サービスって？

暮らしのサポートセンターの会員間で
ちょっとしたお困りごとを有償でサポート
し合えるとステキですね

こんな要望に
応じます！



見守り支援



外出支援



話し相手



家事支援・
ゴミだしなど



買い物代行



食事の準備・
片づけ



簡単な修繕など



草むしり・草刈りなど



子守り
etc...

できる人ができる時に...