

ちょこボラ登録用紙

加えて公式LINEに「ちょこボラ」と入力し返信してください。

名前

住所

連絡先

・朝の10分なら手伝える、月に30分程度なら手伝える、1年に数回くらいなら手伝えるという方も是非、登録だけはしておいてください。

協力できる項目
(下記参照) ※複数可
○をつけてください。

分別ごみ出し	燃えるゴミ出し	おにぎり弁当作り	裁縫関係	行事協力	寺子屋	地域猫活動

分別ごみ出し	高齢・体が不自由な人の代わりに分別ごみを出す。分別までは依頼者が行っておく。受け取り時間、場所は相互で話し合い、前日または早朝、玄関前や駐車場前など場所を決めておく。変更、問い合わせはコミセンが受ける。
燃えるゴミ出し	高齢・体が不自由な人の代わりに燃えるごみを出す。自分が出すついでや通勤、通学途中に出す等。
おにぎり・弁当作り	独居老人、子どもに事前予約の上、定期的(月1程度)に弁当やおにぎりをコミセンで配布。材料代はコミセン負担。
裁縫関係	ボタン付けなど修繕等を行う。依頼人とのやりとり、受け渡し連絡はコミセンが行う。
行事協力	小学校の運動会前テント立てや子どもまつりの会場づくりなど人手が足りなく困っている団体、事業への支援。
寺子屋	小学生や中学1年生(7年生)を対象に夏休み等、宿題や自学の手伝い。特に元学校・塾の先生歓迎。
地域猫活動	去勢手術を行い外猫の命を奪うことなく一代で終わらせ、糞尿被害を減らす活動のお手伝い。病院への搬送支援、提出書類支援等。
備考 (他に手伝える内容があれば記載ください。)	

※ 令和7年度、上記を一斉に始めるのではなく取り組みやすい事業から始めます。

ちょこボラ登録用紙

記入例

加えて公式LINEに「ちょこボラ」と入力し返信してください。

名前

住所

連絡先

山口 明菜

日の里11-3-5（3組）

080-0000-0000

できれば組
まで記入

・朝の10分なら手伝える、月に30分程度なら手伝える、1年に数回くらいなら手伝えるという方も是非、登録だけはしておいてください。

協力できる項目
(下記参照) ※複数可
○をつけてください。

分別ごみ出し	燃えるゴミ出し	おにぎり弁当作り	裁縫関係	行事協力	寺子屋	地域猫活動
○				○		

分別ごみ出し	高齢・体が不自由な人の代わりに分別ごみを出す。分別までは依頼者が行っておく。受け取り時間、場所は相互で話し合い、前日または早朝、玄関前や駐車場前など場所を決めておく。変更、問い合わせはコミセンが受ける。
燃えるゴミ出し	高齢・体が不自由な人の代わりに燃えるごみを出す。自分が出すついでや通勤、通学途中に出す等。
おにぎり・弁当作り	独居老人、子どもに事前予約の上、定期的（月1程度）に弁当やおにぎりをコミセンで配布。材料代はコミセン負担。
裁縫関係	ボタン付けなど修繕等を行う。依頼人とのやりとり、受け渡し連絡はコミセンが行う。
行事協力	小学校の運動会前テント立てや子どもまつりの会場づくりなど人手が足りなく困っている団体、事業への支援。
寺子屋	小学生や中学1年生（7年生）を対象に夏休み等、宿題や自学の手伝い。特に元学校・塾の先生歓迎。
地域猫活動	去勢手術を行い外猫の命を奪うことなく一代で終わらせ、糞尿被害を減らす活動のお手伝い。病院への搬送支援、提出書類支援等。
備考 (他に手伝える内容があれば記載ください。)	庭の簡単な草刈り 電球替え

※ 令和7年度、上記を一斉に始めるのではなく取り組みやすい事業から始めます。