

ピース券でのやりとり

「ピース券」でこんなやりとり（利用・提供）をしています

カテゴリー	No.	利用・提供の内容	カテゴリー	No.	利用・提供の内容
衣	1	着物（浴衣）の着付け	趣味特技	31	生け花
	2	裁縫・リホーム		32	趣味・特技の指導（英語、イタリア語、体操、茶道、浪曲、紙芝居、水墨画、編み物、録音、絵、お灸、カラオケ、自然観察、イベント企画など）
	3	着替えのお手伝い		33	家電製品の簡単な修理
食	4	食事づくり	修理	34	電灯やエアコンのフィルター交換
	5	おかずづくり		35	自転車の簡単な修理
	6	お菓子・ケーキづくり		36	刃物研ぎ
住	7	お部屋の掃除	自然環境	37	草木の水やり
	8	部屋の模様替えのお手伝い		38	庭の掃除、草刈り
	9	整理・整頓のお手伝い		39	庭木の枝切りなど
	10	日用大工		40	道路の落ち葉の清掃
子育て	11	子供の世話	農業	41	畠仕事のお手伝い
	12	産前・産後の家事援助		42	農産物販売のお手伝い
	13	出産・育児の世話		43	農産物の提供
暮らし 一般	14	お留守番	街づくり	44	お店番のお手伝い
	15	洗濯		45	事務所のお手伝い
	16	アイロンかけ		46	イベントや祭りの手伝い
	17	話し相手		47	チラシ配り
	18	本や新聞の代読		48	空き店舗や場所の提供
	19	手紙の代筆		49	景品、備品の提供
	20	ペットの世話・一時預かり		50	商品の一部を地域通貨と交換
	21	ゴミ捨て		51	その他の「ありがとう」 ＊やりとり（利用・提供）の内容が No.1～No.50に当てはまらない 場合は、その他の「ありがとう」 (No.51)、またはやりとりの内容 を具体的に記入。
	22	買い物の代行			
	23	買い物の付き添い			
	24	近所へのお使い			
	25	お出かけの付き添い			
	26	通院・散歩の介助（車いす）			
	27	肩もみ・肩たたき			
PC	28	パソコンでの文書作成			
	29	写真・ビデオの撮影			
	30	パソコンの指導			

- No. 1～No. 50は、会員の皆さん登録しているピースでやりとりできる「利用・提供」の事例です。
- 専門的な技術や道具を必要とする作業、長時間にわたる作業はお断りする場合があります。
- ピース券でのやりとりは、「ちょっとしたお手伝い」の範囲で行っています。個々のケースについては、運営委員会で協議・検討いたしますのでご相談ください。
- 実施に当たって材料や部品などの費用が発生する場合は、実費負担をお願いします。
- ここに掲載した事例だけでなく、あなたが「提供できること（もの）」や「提供してほしいこと（もの）」など、「ピース券」での楽しいやりとりを工夫してください。