

# 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	修 理	33	家電製品の簡単な修理
食	4	食事づくり		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	畑仕事のお手伝い
	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	その他	51	その他の「ありがとう」 * やりとり(利用・提供)の内容が No1.～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、会員の皆さんが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。