

ちょっと手が足りない・・・
そんなとき

そうじ
草むしり

イベントやお祭りの
お手伝い

お手伝いをさせて いただけませんか？

品出し
倉庫整理

ポスティング
軽作業
シュレッダーがけ

食器洗浄
片付け

※ 作業は一例です

一人を雇うほどの仕事じゃない、でもちょっと手が足りない時、
地域の障害のある方にお手伝いさせていただきませんか。

地域にはこんな人たちがいます…

- ・障害があっても短時間であれば働くことができる。
- ・住み慣れた地域で、障害特性に合わせた柔軟な働き方を
探している。

ぜひ当センターにお問合わせください。

問い合わせ先：小金井市障害者就労支援センター エンジョイワーク・こころ(NPO 法人りんく)

電話番号：042(387)9866 E-mail：e.w.cocolo@bz03.plala.or.jp

小金井市 福祉保健部 自立生活支援課

たとえば、こんな仕事や作業の場面で…！

*パソコン関係

- ・データ入力（指定のフォームやルールに沿って Word・Excel で入力）
- ・音声データの入力（会議や打合わせの音声を頂き Word・Excel で入力）
- ・紙ベースの書類を PDF 化（指定のタイトル名で保存）



*事務系の軽作業

- ・伝票や書類の整理、仕分け（チェック・紐閉じ・ファイリング）
- ・資料作成（コピー・ナンバリング・帳合作業・ホチキス止め）
- ・ラベル貼り、ミスプリント貼り（刷り上がった資料や冊子の上から貼って部分修正）
- ・スタンプ押し（チラシや封筒への押印）
- ・チラシや文書折り・封入・封かん作業
- ・テプラ作成（新年度のファイル作成時などに）
- ・シュレッダー作業



*店舗、施設、他での軽作業

- ・商品陳列、商品仕分け、検品作業
- ・お菓子・野菜等の袋詰め、梱包作業
- ・値札の発行・値札付け
- ・チラシ・ティッシュ配布
- ・組立て作業、POP 等の余白切り
- ・倉庫内の整理・整頓、ゴミ・リサイクル品の分別
- ・書類等の箱詰め、運搬
- ・タオルたたみ、シーツ交換、お箸入れ
- ・クリーニング作業、清掃全般、洗車
- ・農作業、草むしり、店舗周辺の清掃（落葉や桜の時期など）



*飲食販売、食品製造等の軽作業

- ・洗浄作業（食器洗浄機、手洗い、他）
- ・商品陳列（前だし、後入れ）、賞味期限チェック
- ・調理補助（野菜の洗浄やカット）
- ・食器の陳列、盛り付け作業
- ・パン製造補助
- ・清掃作業（厨房、備品など）
- ・袋詰め作業
- ・販売補助

