

COMOエントリーシート

「お互い様」の気持ちで、自分ができること、して欲しいことを教えてください。

お名前 (フリガナ)		E-Mail:	
ご住所 〒 —			
ご連絡先		tel: — () —	
		fax: — () —	
●出来ること・して欲しいこと(なるべく簡単に御記入下さい)			
出来ること(Give)	希望 como	して欲しいこと(Take)	希望 como
①		①	
②		②	
③		③	
④		④	
⑤		⑤	
【自己PR欄・備考欄】			

E-mail : office@como. gr. jp

<記入例>

【手助けします】

- ・お年寄りのヘアメイク、買い物の付き添い・旅行時の小動物預かり
- ・ゴミ出し・通院送迎・視覚障害者ガイドヘルパー・自転車の修理
- ・楽器修理、包丁とぎ、錆掛け・(早朝の) 診察券出し(診察予約)
- ・ちょっとした力仕事(家具の移動、プリンターの移動)・地域の案内
- ・イスのカバー張り替え、家具修理・洋服寸法なおし
- ・パソコン点訳、手話・行政関連アドバイス・簡単なイラスト
- ・短時間のお子さん、お年寄りの相手・大型車の運転

【教えます】

- ・鎌倉彫、立体折り紙、陶芸・手作りおもちゃ、簡単なイラスト
- ・フラワーアレンジメント・手品・囲碁、将棋
- ・簡単なパソコン指導、相談・水泳・野球指導・外国語教授、翻訳
- ・太極拳・ハムづくり、薫製づくり

【作ります】

- ・手作りのパン、手作りの菓子・ハーブ料理、薬膳料理

【貸します】

- ・PC、専門書・芝刈り機・登山用テント etc-