

くらしサポート手帳

在宅生活を支える 支援サービスの情報誌



調理のお手伝い
配食弁当



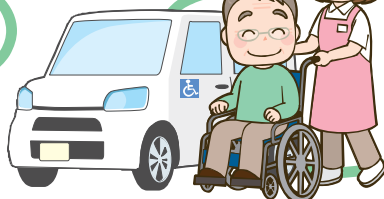
配達サービス



掃除のお手伝い



ごみ出し



移動手段の確保

買い物代行



このリーフレットは、買い物やごみ出しといった生活支援サービスや配達サービス、移動手段の確保など安心した生活を送るために欠かせない情報を紹介するものです。

介護保険など公的なサービス以外でも利用できるサービスがたくさんあります。ちょっと手助けして欲しい、そんな時に役立つ情報を掲載しています。

※サービスの内容や価格などは変更となる場合がありますので、ご了承ください。



※必要に応じて自由にお使いいただける有償のサービスです。サービス内容や利用方法が異なりますので、詳細は直接お問合せください。

○家事援助などを行ってくれる業者さん

名称	住所	電話番号	対応エリア	島しょ部	定休日
あしたば 訪問介護 (合同会社 ASHITABA)	井原市井原町318-1 石井ビル2階	(☎)0866-63-4081	笠岡市内 全域	要相談	12/31~1/3 8/13~8/15
	生活支援：1,250円/30分（日常生活における雑務全般） 身体介護：1,750円/30分（外出付き添い含む身体に関わる全般） 通院介助：1,000円/30分（早朝深夜割増あり） 通院介助：1,500円/30分（身体介助あり）				
ここち*ぷらす	山口1901	(☎)090-4658-7941	笠岡市内 全域	×	日・祝日
	お掃除のプロによる家事代行サービスです。自分では落としきれない汚れも、時間内に除去し、美しく仕上げます。お掃除以外にも、お片付け、洗濯、買い物など様々な家事をお受けします。時間単位でのご利用となり、定期的にも必要な時だけでも実施させていただきます。 料金：2時間8,400円（30分単位で延長可能2,100円/30分）				
倉敷青木商店 株式会社 ベンリー笠岡店	富岡475-29	(☎)0120-006-904 (☎)69-1420	笠岡市内 全域	配送料等 別料金	木曜日
	生活支援全般（お部屋・キッチン・トイレ・お風呂の掃除、家具の移動、庭の草刈り・剪定、手すりの取り付けや網戸の張替え・バリアフリー等へのリフォームまで）お困りごとはどんなことでもご相談ください。お見積もりは無料です。				
ニキイ ケアセンター	[笠岡] 中央町22-11	(☎)69-1985	笠岡市内 全域	×	土・日・祝日・ 年末年始
	[里庄] 浅口郡里庄町 大字浜中93-10	(☎)0865-64-1160			
	[矢掛] 小田郡矢掛町 小林78-1	(☎)0866-82-9008			
	[井原] 井原市井原町 1261	(☎)0866-65-5054			
日常生活の困りごとに対して、お手伝いをさせていただいております。 料金：2,860円～5,500円（実費サービス）					
ヘルパー ステーション エッグ	浅口郡里庄町里見 5301-1 曾根本第二ビル202	(☎)0865-75-0911	笠岡市内 全域	×	土・日 (事務所)
	日常生活に関する支援、身体に関わる介護、外出の付き添い、通院介助などのサービスを提供します。お気軽にご相談ください。 生活支援：2,500円/時間（以降30分ごとに1,250円） 身体介護：4,000円/時間（以降30分ごとに2,000円）				
訪問介護事業所 愛逢傘 (あいあいがさ)	井原市木之子町 93-2	(☎)0866-63-1527	笠岡市内 全域	×	日・お盆・ 年末年始 (事務所)
	家事や身体に関わるサービス、草むしり、外出の付き添い、通院介助などを提供します。 家事支援：2,600円/時間 身体介護：4,500円/時間				



○家事援助などを行ってくれる団体

名称	住所	電話番号	対応エリア	島しょ部	定休日
生活協同組合 おかやまコープ は〜と♡ふる ネット	岡山市北区奉還町 1-7-7	(☎)0120-378-502	詳細は お問合せ ください	要相談	土・日・祝日・ お盆・ 年末年始
	清掃、調理、買い物、通院同行などを行います。 料金：630円/30分、980円/時間（30分ごとの利用可能）				

○家事援助などを行ってくれる団体

名称	住所	電話番号	対応エリア	島しょ部	定休日
笠岡市シルバー 人材センター	十一番町15	(☎)62-2100	笠岡市内 全域	要相談	土・日・祝日 (事務所)
	清掃, 買い物, ごみ出し, 調理, 除草, 庭木剪定, お墓掃除, 大工左官など多種多様に 行います。 家事援助: 950円/時間~ 剪定, 草刈, 草取などの請負作業は作業前に見積もりをさせていただいております。 プラス事務費(12%)をいただきます。				
認定NPO法人 ハーモニーネット 未来(ふれあい・ たすけ愛サービス)	笠岡5909	(☎)63-4970	笠岡市内 全域	要相談	土・日・祝日 (事務所)
	生活支援全般(掃除や買い物代行などの家事支援, 外出支援など) 入会金: 2,000円, 年会費: 3,000円 ふれあい切符(時間通貨) 8,000円を使って利用(1点100円相当) 1活動につき30分8点(800 円), 1時間14点(1,400円), 以降30分ごとに6点(600円)ずつ増加。 ※予約のみ土・日・祝日活動可能				
笠岡市 社会福祉協議会 (チアサポート)	十一番町15	(☎)62-3507	笠岡市内 全域	要相談	土・日・祝日・ 年未年始
	簡単な掃除やごみ出し, 外出支援など, 日常生活の中で「ちょっと困っていること」や「誰 かと一緒にできること」などを, チアサポーター(生活支援サポーター)と一緒にお手 伝いします。チアサポーターは養成講座を修了した住民ボランティアです。 対象: 要支援1・2または生活機能の低下がみられた方 料金: 100円/時間 ※年間100時間を上限とします。				



○家まで来てくれる電気屋さん

名称	住所	電話番号	対応エリア	島しょ部	定休日
エティオン 笠岡店	笠岡106-13	(☎)63-1201	笠岡市内 全域	要相談	不定休
	家電の修理・販売を行います。その他にもリフォーム, インターネット料金の見直し, エ アコンクリーニング等, お気軽にご相談ください。				
奥野電業	北木島町3736	(☎)68-2218 (☎)090-9737-5428	北木島内	他の島は 要相談	日曜日
	家電製品, 販売, 修理, アンテナ工事, LED器具の取り替えなど承ります。他の島での訪 問の場合には船代+出張料をいただきます。				
住まいるネット 笠岡住吉店	笠岡2418	(☎)62-4387	笠岡市内 全域	配送料等 別料金	月曜日
	家電製品の販売・取り付け・修理を行います。 商品代金5,000円以上の際には出張料は無料。親切, 丁寧な対応を心掛けています。 5,000円以下の場合, 2,200円/回				
(株)ナガヤス	四番町4-35	(☎)63-2355	笠岡市内 全域	×	日・祝日
	パソコンのトラブル・買い替え。お気軽にお問合せください。				
ピトシ・かねまさ	吉浜2485-3	(☎)66-1832	笠岡市内 全域	配送料等 別料金	日曜日
	家電の買い物相談, 困りごとの相談。生活に関するお手伝い, 代行などお気軽にご相談く ださい。出張作業費: 3,000円(税別)~ 営業時間: 9:00~18:00				
三宅電器商会	三番町7-21	(☎)63-5169	笠岡市内 全域	要相談	日・祝日
	家電修理・販売を行います。ちょっとした事でも, なんでもご相談ください。 出張料金: 1,600円/回				



○食料品を配達してくれるお店

名称	住所	電話番号	対応エリア	島しょ部	定休日
移動スーパー とくし丸	(株)天満屋ストア 岡山市北区岡町 13番16号	(☎)086-231-2611	笠岡市内 全域	×	直接お問合せ ください
	天満屋ハピーズ、ハピータウンで販売している食料品、生活用品等を移動販売車でお持ちします。希望する方のお宅に伺い、その場で見て買っていただけますので、お気軽にご相談ください。商品1点につき、プラス20円をいただきます。				
エーキ商店	北木島町 3800-1	(☎)68-2430	北木島内 (楠・大浦 長場・丸岩)	北木島内 (楠・大浦 長場・丸岩)	土曜午後 日曜午後
	生鮮食品・弁当・米・日用品の配達、ご希望があれば電球交換、灯油の配達、クリーニング等も承ります。電話にてお気軽にご相談ください。				
笠岡明治牛乳 販売有限会社	富岡836-2	(☎)63-1555	笠岡市内 全域	×	土・日・ 祝日
	牛乳、乳製品の販売・配達。宅配注文を取られている方には、レトルト食品や豆腐などの販売・配達を行っています。手数料に関しては、定期的に利用していただければ、サービスします。				
セブンイレブン 笠岡吉浜店	吉浜2391-1	(☎)69-6266 (☎)コールセンター 0120-736-313	笠岡市内 全域	×	年中 無休
	セブンミールに掲載している商品（飲料水・弁当・パン・日用品など）を配達しています。セブンミールに登録し、1,000円以上からお届け可能（送料：200円）。3,000円以上の購入で送料無料です。				
チューリップ 城見店 (城戸商店)	用之江854-1	(☎)66-0081	用之江・大宜 吉浜・有田 の一部	×	水・土・日
	生鮮食品・弁当・米・日用品など電話注文でも配達を行っています。				
堂店	今立34-1	(☎)62-2900 ※FAXも同様	今井 (今立・園井・ 馬飼)	×	1/1~1/3
	生鮮食品・米・酒・日用品等を配達しています。1,000円以上であれば送料無料。電話やFAXでの配達注文も承っています。				
晴れの国岡山農協 白石島グリーン センター	白石島604	(☎)68-3511	白石島 真鍋島	白石島 真鍋島	土・日・祝日・ 1/1~1/3
	島の皆さんが安心して暮らせるよう新鮮な食材の提供・日用品・米・農薬・肥料等必要な商品を揃えています。船賃・配達手数料がかかる場合がありますが、自宅まで配達します。☆北木島については、月1回、米・農薬・肥料のみ予約で配達します。				
山本酒店	北木島町3220	(☎)68-2242	北木島 全域	北木島 全域	年中 無休
	お酒、たばこ、米、食料品、日用品、灯油等を扱っています。島全域に配達します。又、移動販売も始めました。お近くに参りましたら、よろしく願いいたします。				

○お弁当を配達してくれるお店

名称	住所	電話番号	対応エリア	島しょ部	定休日
株式会社 アリスジャパン ★笠岡市 「食の自立支援事業」 指定店	福山市港町 一丁目1-14	(☎)0120-886-689	笠岡市内 全域	×	年中 無休
	高齢者食：昼・夜共に880円（おかずのみ670円） その他、カロリー・塩分・タンパク・脂質を調整した治療食もあります。 一般食：昼・夜共に590円（おかずのみ540円） 当日の調理でお届けの為、より一層おいしく食べられます。 昼・夜2回に分けて配達しています。				

○お弁当を配達してくれるお店



名称	住所	電話番号	対応エリア	島しょ部	定休日
楽時屋 いたう家 (飲食店)	神島4100-3	(☎)75-0310	神島内浦 西大島・美の浜 番町・駅方面～ 大井ハイランド まで(要相談) ※配達は夕のみ	×	金・土
	日替わり弁当750円(税込) ※遠方はプラス50円(要相談) 当店こだわりの手作り弁当。家庭の味をご自宅でごゆっくりとお楽しみください。 配達時間：16:00～17:30(当日14:00までの注文) 1食からご注文いただけます。 ※配達時間は交通状況などにより若干前後する場合があります。				
Katayama New Business Corporation(株) フード事業 おもいやりサービス	井原市西江原町 1005-1	(☎)0120-37-0141	走出・甲弩・山口 (いずれのエリアも まずはお問合せく ださい)	×	日曜日 (土曜日は昼食 のみ配達)
	昼・夜共に570円(おかずのみ520円) 管理栄養士監修のもと、栄養バランスの取れたお弁当をご自宅までお届けします。 1食からご注文いただけます。				
生活協同組合 おかやまコープ	岡山市北区奉還町 1-7-7	(☎)0120-662-538	笠岡市内 全域	北木 島内	土・日
	週1回、カタログで注文した食品・日用品を、ご自宅(個配)や指定場所(班配)にお届 けします。留守時には保冷箱に入れてお届けします。 個配はご自宅に商品をお届けした際、異変に気付いた場合は事前に指定された緊急連絡先 (ご家族など)へ連絡する「安否確認サービス」も行っており、安心にもつながります。				
生活協同組合 おかやまコープ たべてん便 受注センター	岡山市南区藤田 564-178	(☎)0120-014-899	笠岡市内 全域	×	土・日・祝日・ 年末年始
	おかず4品コース：550円(税込594円) おかず7品コース：610円(税込658円) なごみおかずコース：695円(税込750円) 御弁当コース：590円(税込637円) まずは、お気軽にご連絡下さい。				
宅配クック 123 福山店 ★笠岡市 「食の自立支援事業」 指定店	福山市引野町 3丁目13-30	(☎)084-971-6003 (FAX)084-971-6004 受付時間：8:00～17:00	笠岡市内全域 (一部地域を除 く)	×	1/1～1/3
	高齢者向け普通食685円(おかずのみ577円) カロリー塩分調整食・低たんぱく食・やわらか食・ムース食があります。お食事の悩みを お持ちの皆様を毎日の弁当でサポートします。				
お弁当丸吾作	福山市神辺町 新徳田229	(☎)084-963-3788	笠岡市内 中心に対応	×	日・祝日
	税込500円(おかずのみ税込400円)				
ヨシケイ	[鴨方営業所] 浅口市鴨方町鴨方 2145-1	(☎)0120-37-5539	笠岡市内 全域	×	土・日
	[福山本社] 福山市明神町1丁目 5-8	(☎)0120-31-4545			
	【冷蔵宅配弁当】 ・福はうち御膳日替わり[1食ご注文]：5日間コース(月～金)2,700円(税込) ・福はうち御前日替わり[2食以上ご注文]：1食520円(税込) ・福はうち御前日替わり[2食以上ご注文]：5日間コース(月～金)2,600円(税込) 調理済みの手作りおかず(冷蔵)を毎日ご自宅までお届けします。1週間ごとでの注文に なります(配送料無料)。祝日もお届けします(GW・年末年始を除く)。 【冷凍宅配弁当】 ・シンプルミール：3品おかず3食セット1,190円(税込) ・ベジミール：4品おかず2食セット1,390円(税込) 便利な調理済みの簡単おかず(冷凍)をご自宅までお届けします。1週間ごとでの注文に なります。				

○お弁当を配達してくれるお店

名称	住所	電話番号	対応エリア	島しょ部	定休日
ワタミの宅食 岡山笠岡営業所	浅口市鴨方町本庄 639-4 101号室	(☎)0120-191-950	笠岡市内 (要相談)	要相談	土・日・祝日・ 12/31～1/3
	ご飯付き 2,350円～3,550円/5日 おかずのみ 2,950円～3,950円/5日 ⇒週1日からお届け可(+40円/1食) 土・日・祝日分は冷凍です。1食から配送料無料でお届けします！完全前金予約制。お届け週の前週(水)までにご注文をお願いします。				
辻与	中央町20-5	(☎)63-2133	笠岡市内 全域	×	不定休
	和膳のお弁当(2食以上から注文可) 2,160円(税込)/2,700円(税込)/3,240円(税込) お弁当はご予算に応じて作ります。前日までにお電話にてお問合せください。				



○日用品(介護用オムツ)を配達してくれるお店

名称	住所	電話番号	対応エリア	島しょ部	定休日
ザグザグ 笠岡	[富岡店] 富岡271-1	(☎)67-3346	笠岡市内 全域	要相談	年中 無休
	[番町店] 富岡477-37	(☎)62-0700			
介護用オムツのみの宅配となります(ケース単位での配達)。配達には最長10日ほどかかる場合があります。					
スーパードラッグ ひまわり 笠岡店	富岡235	(☎)69-7505	笠岡市内 全域	要相談	年中 無休
	介護用リハビリパンツを店頭で注文後、1週間ほどでお届けいたします。(宅配はケース単位で承ります)送料は無料です。				
ユーホー 笠岡店	富岡146	(☎)67-5800	笠岡市内 全域	配送料等 別料金	1/1・8月第3ま たは第4火曜日
	洗剤・ティッシュ・トイレットペーパー等の日用品から介護用パンツ、その他店舗で販売している商品の販売・配達を行っています。 配達料:800円～、配達日:水・土 配達時間指定不可。店頭にてご注文ください(お電話での注文は不可)。				
日本基準 寝具(株) 岡山営業所	倉敷市東富井727-5	(☎)086-434-6616	笠岡市内 全域	要相談	日曜日
	定期的な購入時は箱単位でお願いします。オムツのサンプルもごございますのでご相談ください。お困り事によっては、専門相談員が訪問して相談をうかがうことも可能です。				
深川医療器 株式会社	福山市引野町 5-22-11	(☎)084-941-3656	笠岡市内 全域	配送料等 別料金 要相談	日・祝日
	介護用オムツ等の排泄関連商品の販売及び相談にも乗ります。何かお困りのことがありましたら、お気軽にご連絡・ご相談ください。				

○タクシー利用助成制度



名称	問合せ先	申請先	内容
高齢者タクシー 利用助成事業	笠岡市福祉総務課 (☎)69-1033	笠岡市福祉総務課 各出張所	移動手段を持たない満75歳以上の高齢者が買い物や通院等を目的としてタクシーを利用する場合に、タクシー料金の一部を助成します。

○介護保険外で使える介護タクシー



【高齢者タクシー利用助成事業利用可能です。お問合せください。】

名称	住所	電話番号	対応エリア	初乗料金	加算料金	定休日
(有) 相伸産業	神島4090	(☎) 67-7200	岡山県内全域 (岡山県発着で県外利用可能)	小型車 1km 560円	200mごとに 120円	日曜日
あしたば 訪問介護 (合同会社 ASHITABA)	井原市 井原町318-1 石井ビル2階	(☎) 0866-63-4081	岡山県内全域 (岡山県発着で県外利用可能)	最初の10分 (7km程度) まで800円	10分迄ごとに 550円	12/31 ~1/3・ 8/13 ~8/15
介護タクシー エッグ	浅口市 鴨方町 小坂西558-1	(☎) 090-7761-5378	岡山県内全域 (岡山県発着で県外利用可能)	1.5kmまで 650円	0.5kmごとに 150円	日曜日
(株) きやま ヘルパー ステーション	山口2905	(☎) 75-0590	岡山県内全域 (岡山県発着で県外利用可能)	普通車 最初の1.5km まで510円	0.5kmごとに 140円	日・祝日・ 12/31PM ~1/3
ハート 介護タクシー	浅口郡 里庄町 新庄3552-11	(☎) 090-3100-8102	岡山県内全域 (岡山県発着で県外利用可能)	小型車640円 大型車710円	料金は状況・状態 確認後, 事前に見 積もりをさせてい たいただきます。	日曜日
恵介護 タクシー	浅口市 鴨方町 本庄943	(☎) 0865-44-0016	岡山県内全域 (岡山県発着で県外利用可能)	1.5kmまで 700円	1kmごとに 250円	日・祝日・ 12/30 ~1/3
リバーフィー ルド	浅口市 鴨方町 六条院中 3992-1	(☎) 0865-44-0024	岡山県内全域 (岡山県発着で県外利用可能)	小型車650円 大型車720円	料金は状況・状態 確認後, 事前に見 積もりをさせてい たいただきます。	日・祝日
おでかけ 介護タクシー 大門	福山市 大門町7-5-6	(☎) 090-4406-1122	広島県内全域 (広島県発着で岡 山県内利用可能)	小型車640円	料金は状況・状態 確認後, 事前に見 積もりをさせてい たいただきます。	水・日・ 祝日

地域資源リスト(居場所編)をご活用ください!

笠岡市では, 子どもから高齢者までの市民が住み慣れた地域で自分らしい生活を最期まで送れるように, 地域内でサポートし合う「地域包括ケアシステム」の構築を進めています。このリストは, 市内の居場所について, 「子ども」「障がい」「高齢」「その他」の分野ごとにまとめたものです。リストはホームページからご確認いただけます。



ここに 困った時には相談を！



高齢福祉 介護保険に 関する窓口

笠岡市地域包括支援センター

所在地：笠岡市十一番町1番地3（保健センター内）
（☎）0865-62-6662

笠岡市長寿支援課

所在地：笠岡市中央町1番地の1
（☎）0865-69-2139

障がい福祉に 関する窓口

笠岡市・里庄町相談支援センター

所在地：笠岡市十一番町16番地2（サンライフ笠岡内）
（☎）0865-69-2030

笠岡市地域福祉課（障がい福祉係）

所在地：笠岡市笠岡1866-1（中央公民館1F）
（☎）0865-69-2133

ひきこもりに 関する窓口

笠岡市地域福祉課（障がい福祉係）

所在地：笠岡市笠岡1866-1（中央公民館1F）
（☎）0865-63-8515（ささえ愛ほっとライン）
E-mail：sasaesai@city.kasaoka.lg.jp

生活困窮に 関する窓口

笠岡市地域福祉課（生活福祉係）

所在地：笠岡市笠岡1866-1（中央公民館1F）
（☎）0865-69-2015

福祉全般に 関する窓口

笠岡市社会福祉協議会

所在地：笠岡市十一番町15番地（いきいき交流センター内）
（☎）0865-62-3507

暮らしサポート手帳は笠岡市ホームページでもご覧いただけます

笠岡市 暮らしサポート手帳

検索

