

暮らしに役立つ シニア向け

生活支援サービスガイド (2.04 版)



東金市

「暮らしに役立つ シニア向け生活支援サービス ガイド」改訂にあたって

このサービスガイドは、高齢になっても住み慣れた地域で自分らしく生活ができるまちづくりを目指し令和元年度に作成した冊子を改訂したものです。

初版の発行から3年以上が経過し、東金市においても少子高齢化が進み、人口減少や一人暮らし世帯の増加等が顕著になっています。また、免許返納による代替移動手段の不足等、高齢者にやさしいサービスは、より重要性を増しています。

サークル等の通いの場を活用した『介護予防』と、地域のお店等が提供する『ちょっとしたお手伝い』の両方を上手に組み合わせながら活用していただくことにより、生活支援の一助となることを期待します。

最後に、本冊子の改訂にあたり、ご協力くださったすべての皆様に厚く御礼を申し上げます。

東 金 市

ご利用にあたってのお願い

この冊子は、東金市の依頼により、生活支援コーディネーターが、市内のお店や団体等を中心にサービスや活動内容等について、生活の場面に合わせて分類し、掲載したものです。ご利用にあたっては、以下の点にご注意ください。

- ・掲載した情報は、令和4年8月から11月頃に確認した内容で作成しております。最新の情報は電話等で事業者や団体等へ直接ご確認ください。
- ・掲載内容について、東金市が推奨するものではありません。また、掲載内容を利用したことによる損害等について、東金市が責任を負うものではありません。
- ・掲載内容に変更が生じた場合、また、新たに掲載を希望する場合は、生活支援コーディネーター（社会福祉法人東金市社会福祉協議会 電話 0475-52-5198）へご連絡ください。

※「生活支援コーディネーター」は、高齢者の困りごとの解決に向け、把握している社会資源（サービス等）を紹介し、支え合いの地域づくりを推進する役割を担っています。

目次

弁当・食料品の配達、移動販売	1
■ 電話注文でお弁当を配達してくれるお店	1
■ 電話・ネット注文で配達してくれる食料品店・生協等	4
■ 移動販売のお店	6
■ 店内で買ったものを自宅まで配達してくれるお店	7
日用品・消耗品・灯油の配達・クリーニングの集配	8
■ 日用品や消耗品を配達してくれるお店	8
■ 灯油を配達してくれる燃料店	9
■ クリーニングの集配をしてくれるお店	9
訪問理美容	10
■ 自宅でカットしてもらえる理美容院	10
外出にかかる支援	12
■ 公共交通機関での外出の同行・代行	12
■ 病院内までの付添い（診察室に入らない）	14
■ 介護保険外で使える介護タクシー・有償ボランティア団体	16
■ 市内のタクシー・バス	19
家での生活支援	21
■ 介護保険外で使える自費のホームヘルプサービス等	21
■ その他事業所、有償ボランティア団体	23
高齢者にやさしいサービス	26
■ 高齢者にやさしいサービス	26
安心・安全	27
■ 介護保険外で使える見守り・安否確認サービス	27
医療	30
■ 往診の相談、往診してくれる歯科医院	30
■ 自宅まで訪問してくれる薬局	31
健康・まなび・趣味・交流・ボランティア	33
■ 地域のサロン・健康教室	33
■ まなび・趣味・交流活動	40
■ 地域のボランティア団体	44

目次

社会福祉協議会	4 5
■ 東金市社会福祉協議会	4 5
公的機関	4 8
■ 公的機関(暮らし)	4 8
■ 公的機関(医療・健康)	4 8
■ 公的機関(高齢者に関連した窓口)	5 1

※東金市の市外局番「0475」は省略してあります。携帯電話や市外から電話する場合は、市外局番「0475」が必要になります。

※『No.』が『A』から始まるものは、令和6年2月に追加したものです。

※『No.』が『B』から始まるものは、令和6年9月に追加したものです。

※『No.』が『C』から始まるものは、令和7年4月に追加したものです。

※第2版からの変更があった部分（「No.」のみ記載）

版	修正	追加	削除
2.01 版	No.24、No.25、No.160、No.162 No.164、No.195	—	No.112
2.02 版	No.15、No.57、No.76、No.135 No.162、No.190	A1、A2、A3	No.12、No.16 No.104
2.03 版	No.26、No.33、No.42、No.64 No.65、No.75、No.84、No.140、 No.164、No.187、No.189	B1、B2、B3 B4、B5、B6 B7、B8、B9 B10、B11、B12 B13	No.103、No.113
2.04 版	No.14、No.15、No.25、No.163、 No.164、No.196	C1、C2、C3 C4	

弁当・食料品の配達、移動販売

■ 電話注文でお弁当を配達してくれるお店

No.	名 前	住所／電話番号	配達エリア	サービス内容
1	(株)シルバーライフ 「まごころ弁当」 東金千葉緑店	山田 9 6 9 ☎ 5 3 - 3 5 8 5 ☎ 0 8 0 - 3 2 7 3 - 3 5 8 5	東金市全域	・ 配食サービス。 ・ 4 1 0 円（税込）～ ・ 手渡しで安否確認し、希望者には、指定の連絡先に報告します。 ・ 塩分、蛋白、カロリー調整食、アレルギー、刻みも対応します。 ・ 定休日（日曜日、1月1日～1月3日まで） ・ 年末にはおせちカタログの配付や多めの注文受付等行っています。 ・ 3 分間サービスとして、お客様のちょっとしたご要望に出来る限り対応しています。 ※地域により配達時間を指定させていただく場合があります。
2	生活協同組合パルシステム千葉東金センター 生協の夕食宅配	丘山台 1 - 1 2 - 1 ☎ 0 1 2 0 - 6 6 0 - 7 8 8	※サービス内容に記載の地区	・ 各種割引、特典あり。 ・ 事前にパルシステムへの加入が必要。 〈ア行〉 家之子、丘山台、押堀、小野 〈カ行〉 川場、北之幸谷、季美の森東、求名 〈タ行〉 台方、滝、田中、田間、丹尾、東金、道庭 〈ナ行〉 西福俵 〈ハ行〉 東岩崎、東上宿、東新宿、日吉台、福俵、堀上 〈マ行〉 松之郷、大豆谷、南上宿 〈ヤ行〉 八坂台、山口、山田、油井

■電話注文でお弁当を配達してくれるお店(つづき)

No.	名 前	住所／電話番号	配達エリア	サービス内容
3	宅配クック123 東金大網店	東新宿10-12 ☎53-6191 FAX52-8026	東金市全域 (地域により、対応できないところがあります。電話で確認してください。)	・40代～90代、主に高齢者向けの配食サービス。 ・【食欲、体調に合わせて8種類のお弁当:普通食、健康ボリューム食、たんぱく塩分調整食、カロリー塩分調整食、やわらか食、ムース食、消化にやさしい食】※おかずのきざみ、ごはんをおかゆに変更等も可。 ・前日、午後5時までの電話注文受付で翌日の配達、キャンセルが可能です。週に1食からのご注文が可能です。昼食、夕食はそれぞれお届け。(2食一緒の配達も可能) ・基本手渡しで、不在時は保冷バッグBOX等で置くことも可能です。 ・希望者には安否確認し必要に応じて連絡、報告いたします。 ・お弁当を冷蔵庫に入れる、レンジで温める、服薬のお声がけ等、可能な範囲でご要望にお応えします。
4	「ワタミの宅食」 千葉東金営業所	東新宿20-12 ☎0120-321-510	東金市全域	・日替わり弁当宅配サービス(担当スタッフが毎日お届け、宅配料含む・税込) ・ごはん付き(3種類):1,950円～ ・おかずのみ(3種類):2,450円～ ①5日コース:月曜日～金曜日(祝日はお休み) ②7日コース:土・日・祝含む週7日毎日お届け ③曜日を選べるコース:週1日からお届け、土・日・祝日のみも可能 ※曜日を選べるコースは1食につき+40円 ・注文締切:毎週水曜日(翌週月曜日からお届け) ・お支払い:現金(前金制)、口座振替、クレジット(HPからの注文のみ)選択可能 ・その他:季節商品(おせち・素麺ほか)、冷凍惣菜、レトルト食品、乳製品、ミールキット等

■電話注文でお弁当を配達してくれるお店(つづき)

No.	名 前	住所／電話番号	配達エリア	サービス内容
5	ランチBOX	下谷126 ☎080-5985-0141	東金市内中心部(東金市役所付近)	・地域の団体、事業所への弁当配達。 ・個人宅への配達も東金市内中心部(東金市役所付近)。 ・市内の地域によっては時間等、要相談。 ・当日、午前9時30時までに注文。 日替わり弁当 550円(税込) おかずのみ 450円(税込)
6	ライフデリ大網白里店	東岩崎25-12 サンイースト東金20B ☎77-8108	東金市全域	・主に高齢者向けの配食サービス。 ・【お弁当の種類 全6種類：普通食、カロリー調整食、透析食、腎臓食、やわらか食、ムース食】 ・宅配料は無料、1食から配達可、配達は昼食・夕食の2回。 ・アレルギーをお持ちの方は無料で変更対応します。ご飯は無料でおかずへの変更も承ります。きざみ食への対応は、+56円(税込60円)で承ります。 ・お弁当を配達の際にもしもの場合は、緊急連絡先(ご家族やご担当のケアマネージャー)にご連絡させていただきます。ご利用の際は、店舗に緊急連絡先をお伝えいただくことをお勧めします。

■電話・ネット注文で配達してくれる食料品店・生協等

No.	名 前	住所／電話番号	配達エリア	サービス内容
7	(株)前嶋商店	薄島 9 6 6 - 1 ☎ 5 8 - 5 7 8 7	正気地区及び近郊	・お米(5キロ、10キロ)、農業資材、農薬、肥料の配達。
8	生活協同組合コープみらい	埼玉県さいたま市南区根岸 1—5—5 ☎ 0 1 2 0 - 0 4 3 - 5 0 2	東金市全域	・ご登録いただき、食品、日用品の宅配。注文は、注文書、お電話、インターネット。 ・基本手数料(チラシ・注文用紙配達手数料) 80 円(税別)。配達手数料 100 円/回。 ・シルバー割引制度あり(65 歳以上のだけの世帯、若しくは 65 歳以上の方を含む 2 人世帯は配達手数料無料)
9	生活協同組合パルシステム 千葉東金センター	丘山台 1 - 1 2 - 1 ☎ 0 1 2 0 - 8 6 8 - 0 1 4	東金市全域	・食料品、日用品の宅配。 ・会員登録が必要。 ・注文用紙、インターネット等で注文。文字大きめの注文用紙あり。 ・配達手数料 248 円/回。 税込 2,000 円以上のご利用で、198 円/回。 ・シルバー割引(ご利用金額に影響なく一律で 99 円/回) ・見守り安心サービス(登録者への配送状況をその家族へメール配信等する)
10	なのはな生活協同組合	千葉市稲毛区長沼原町 6 7 8 - 2 ☎ 0 1 2 0 - 9 1 0 - 8 7 1	日吉台、東金、小野、田中、季美の森地区。他地区は要相談。	・食料品、日用品の宅配。 ・会員登録が必要。 ・個別宅配手数料(216 円/回)。2 人以上共同購入の場合、手数料等は無料。
11	生活クラブ生協 佐倉センター	佐倉市王子台 6 - 3 - 9 ☎ 0 4 3 - 4 6 1 - 7 8 6 8	田間、求名、道庭、堀上、押堀、山口、台方、油井、日吉台、季美の森地区	・食料品、日用品の宅配。 ・会員登録が必要。 ・4 人以上共同購入の場合、利用料金から 4%引き。 ・入会時(1,000 円)、月額の出資金等(995 円)。

■電話・ネット注文で配達してくれる食料品店・生協等(つづき)

No.	名 前	住所／電話番号	配達エリア	サービス内容
B1	イオンネットスーパー（イオン東金店）	東岩崎 8-10 ☎ 52-5111	東金市全域	・いつでも、どこでも、スマートフォン・パソコンでカンタンにお買い物ができます。 ・電話でのご注文はお受けすることができません。 ・ご注文から最短即日でお届けします。 ・入会金、年会費は0円です。 ・ご自宅以外の住所に配送もできます。 ・お買い物でポイントがたまります。たまったポイントは次回のお買い物でご利用いただけます。（200円につき、1WAONPOINT） ・ご利用、ご注文の詳しい情報は、Webサイトをご覧ください。 https://shop.aeon.com/netsuper/nspr
				詳しくはこちら▶ イオンネットスーパー 検索 

※No.12は削除。

■ 移動販売のお店

No.	名 前	住所／電話番号	配達エリア	サービス内容
13	染野屋千葉営業所	千葉市若葉区貝塚 町 5 9 8 - 3 ☎ 0 1 2 0 - 5 3 7 - 2 2 6	東金市全域	・豆腐、加工品等の移動販売。 ・(月～金) ・希望があれば、他の商品も対応。
14	(株)千葉薬品 「ヤックス移動販売 スーパーらくちん 便」	山武郡九十九里町 片貝 6 7 6 8 (ヤ ックスドラッグ九 十九里店) ☎ 0 9 0 - 6 0 2 6 - 0 0 8 9 平日 9 時～16 時	正気地区 福岡地区	・冷凍、冷蔵(生鮮商品:野菜、肉、切り身魚等)、お弁当、総菜、日用雑貨品(トイレットペーパー等)の移動販売。 ・事前に連絡しておくことでお取り寄せも可能です。 ・運送費用として、1品につき10円をいただいております。(5品以上の購入の場合は、一律50円) ※販売場所と時間は、電話でお問い合わせください。 ※雨天も実施しますが、荒天や事故等により実施できないこともあります。運行の有無は電話でお問い合わせください。
15	(株)カスミ(フードス クエアカスミ押堀 店) 「カスミ移動スーパ ー」	押堀 3 3 ☎ 5 0 - 7 0 6 1 1 0 時～1 7 時	東金地区 嶺南地区 城西地区 公平地区 丘山地区 大和地区 豊成地区 源地区	・冷凍、冷蔵(生鮮商品:野菜、肉、切り身魚等)、お弁当、総菜、日用雑貨品(トイレットペーパー等)の移動販売。 ・事前に連絡しておくことでお取り寄せも可能です。 ※販売場所と時間は、電話でお問い合わせください。 ※雨天も実施しますが、荒天や事故等により実施できないこともあります。運行の有無は電話でお問い合わせください。

※No.16 は削除。

■店内で買ったものを自宅まで配達してくれるお店

No.	名 前	住所／電話番号	配達エリア	サービス内容
17	イオン東金店	東岩崎 8-10 ☎ 52-5111	東金市全域	「即日便」 ・調味料、米、日用品等(生鮮品、チルド、惣菜、冷凍品除く)大きさ 120 cm以内、重さ 20 kg 以内。1 回 1 箱 324 円。 ・イオンポイントカード、ワオンカードを所持の方のみ、2,000 円以上購入で宅配料 216 円。 ・受付(午前 10 時～正午) ⇒ 配達(午後 2 時～午後 4 時、午後 4 時～午後 6 時)選択可。 ・受付(正午～午後 2 時 30 分) ⇒ 配達(午後 6 時～午後 8 時、翌日午前中)選択可。
18	木原ストアー	上谷 2665-2 ☎ 52-2669	福岡地区	・灯油、食料品、日用品の配達。 ・希望者には、店までの送迎対応。 ・店に置いていない商品の購入代行。 ・電話注文可。
19	(有)戸田商店	前之内 365 ☎ 58-3906	豊成地区	・冷蔵品、酒、米、日用品等、希望者には購入時に自宅まで配達。 ・電話注文での対応可能。
20	スーパーカワグチ 季美の森店	大網白里市季美の 森南 3-5-5 ☎ 73-3465	季美の森地区内	・購入品で重い商品の配達。 ・電話注文での対応可。 ※お届けの時間は相談させていただきます。

日用品・消耗品・灯油の配達・クリーニングの集配

■日用品や消耗品を配達してくれるお店

No.	名 前	住所／電話番号	配達エリア	サービス内容
21	ケーヨーデイツー東金店	東金 8 5 4 - 5 ☎ 5 4 - 3 1 7 1	東金市全域	・購入商品の配達サービス(店頭での受付のみ) - 基本料金：660 円（税込）～ ※一部商品は別料金がかかります。 ※運転免許証を返納された方は、「運転経歴証明書」を提示すると、配達料金を 1 0 0 円引きします。
22	ウエルシア東金押堀店	押堀 3 3 ☎ 5 0 - 0 2 7 1	東金市全域	・介護用オムツに限り、ケース単位で自宅へ配達。 ・店舗で購入手続きが必要となりますので、ご相談ください。
23	メガネスーパー東金店	東新宿 2 0 - 4 ☎ 0 3 - 6 6 3 1 - 2 5 3 5（申込電話番号）	東金市全域	・お電話 1 本で、ご自宅・施設・病院など指定の場所に出張いたします。外出しなくてもメガネ、補聴器の作成が可能です。 ・出張費用：3,300 円（税込み） ※24 時間 365 日受付中。
B2	宅配クック 1 2 3 東金大網店（住まいのお助け便）	東新宿 1 0 - 1 2 ☎ 5 3 - 6 1 9 1 FAX 5 2 - 8 0 2 6	東金市全域	・飲料製品からお菓子や栄養補助食品。ハミガキ、シャンプーなどがあると助かる商品まで豊富に取り揃えています(約 400 種類)。 ・配送料は無料（お弁当配達時にお届けします。お弁当については、No.3 をご参照ください）。 ・お申し込みは、スタッフにお伝えください。

■灯油を配達してくれる燃料店

No.	名 前	住所／電話番号	配達エリア	サービス内容
24	安藤興業(株)	東金 1 0 1 0 ☎ 5 2 - 2 1 7 1	東金市全域	・配達する日は、地区ごとに毎週 1 回行います。詳しくは電話にて御確認ください。 ・配達予約は、平日の午前 8 時 30 分～午後 5 時まで電話にて承ります。配達日の前日までにご予約ください。 ・配達は、ポリ缶 2 缶（36L）以上から承ります。
25	篠原石油(株)	堀上 8 5 7 ☎ 0 9 0 - 3 9 0 5 - 5 9 2 6	下記参照	・18L、20L ※価格は変動するので、お問い合わせください。 ・目印に門の所にポリ缶を出して置いてください。 ・配達時間、注文等は、お問い合わせください。 ※新規の方は、一度ご連絡ください。
	配達エリア ○ 4 月～ 1 0 月 東金市全域 ・曜日は問いません。 ・日中仕事がある時は、夕方の配達になります。 ○ 1 1 月～ 3 月 ・木曜日、土曜日 東金市全域 ・それ以外の曜日は、日中仕事がある時は、夕方の配達になります。			

■クリーニングの集配をしてくれるお店

No.	名 前	住所／電話番号	配達エリア	サービス内容
B3	楽学ハウス「そよかぜ」	大網白里市みどり が丘 2 - 2 3 - 2 0 ☎ 0 8 0 - 5 0 2 8 - 1 9 3 6	東金市全域	・電話で自宅への引取り及び配達（引取り・配達は都合に合わせて調整します）。 ・料金は店頭料金と同じ（電話でお問合せください）。 ・別途費用 配達料：5 0 0 円税別／30 分。交通費：2 0 円／km。 ※詳細はお電話でお問合せください。

訪問理美容

■ 自宅でカットしてもらえる理美容院

No.	名 前	住所／電話番号	対応エリア	サービス内容
26	佐瀬理容店	関内 3 6 6 ☎ 5 8 - 4 8 5 1	豊成、正気、 田間、公平地 区、その他の 地区は要相 談。	・ カット：3,700 円。 シェービング(顔剃り)あり。 ・ シャンプーなし。 ・ 顔剃りは簡易だが、行う。 ・ 交通費なし。 ・ 介助が必要な場合は、付き添いの 方が同席ください。 ・ 月火曜日は休み。また、土日は出 張はお受けできません。
27	高山理容館	東金 2 2 8 - 1 ☎ 5 5 - 8 0 8 0	東金市全域	・ カット：4,000 円～ (交通費込)顔剃りあり。 ・ シャンプーなし。 ・ 毎週月、火曜日連休。 ・ 誰でも利用できます。
28	ヘアーサロンきむら	台方 1 6 3 0 - 1 ☎ 5 2 - 3 4 7 7	東金市全域	・ カット 4,000 円 交通費なし。 ・ 予約制。 ・ 午前 8 時～午後 7 時営業。 ・ 車椅子、寝たきりの方も対応可。
B4	訪問美容えにし	山武市木戸 3 0 6 ☎ 0 9 0 - 4 5 2 8 - 1 1 5 0	東金市全域	・ カット：3,300 円。 ・ カラーリング、ヘアマニキュア、 パーマ：6,600 円(交通費込)。 ・ エステ、マッサージ(要相談)。 ・ 午前 9 時～午後 6 時まで営業。 ・ 自宅療養中、車椅子、寝たきりの 方も対応可。(状態によっては付 き添いをお願いする場合あり) ・ 自宅での施術が困難な場合、当店 までの送迎も可能。 ・ 作業中は電話に出られませんが、 必ず折り返しいたします。

■ 自宅でカットしてもらえる理美容院（つづき）

No.	名 前	住所／電話番号	対応エリア	サービス内容
B5	楽学ハウス「そよかぜ」	大網白里市みどりが丘2-23-20 ☎080-5028-1936	東金市全域	・ 外出困難な方への訪問によるヘアカットサービス（要予約）。 ・ 料金 2,000 円（カット+ドライ）（税別）。 ・ 別途要交通費 20 円／km。 ・ 午前 8 時～午後 8 時まで営業（無休）。 ・ 2～3 畳ほどの場所とイスをご用意いたします。 ※詳細はお電話でお問合せください。

外出にかかる支援

■ 公共交通機関での外出の同行・代行

No.	名 前	住所／電話番号	対応エリア	サービス内容
29	(有)メディカルマーチン 「マーチン介護サービス東金」	南上宿4-9 ☎53-2510	東金市全域	・買い物代行 1,100円/30分。 ※詳しくはご相談ください。
30	(株)シーエー企画ヘルパーステーション温	田間758-1 ☎50-9339 ☎0120-41-0802	東金市全域	・ケアマネジャーを通じてお申込ください。 ・買い物同行、外出同行 3,000円/1時間。 ・交通費300円/回。 ・同事業所の介護保険サービスに連続して利用した場合、500円/15分、2,000円/1時間、交通費なし。 ※対象は、介護認定を受けている方のみ
31	(株)片貝 介護事業所くつろぎの家	藤下飛地818-9 ☎77-7020	東金市全域	・買い物等同行 2,500円/1時間。1回1時間以上。1時間以上は15分毎。 ※対象は、介護認定を受けている方のみ ※詳しくは相談ください。
32	社会福祉法人ゆりの木会ホームヘルパーステーションゆりの木苑「双いサービス」	家徳756-2 ☎50-8111	東金市全域 山武市 九十九里町	・買い物代行・同行、外出同行 1,000円/30分未満、以降15分毎500円増。 ・対象はゆりの木苑利用者に限定。
33	(株)ヤックスケアサービス	☎0120-395-558	東金市全域 山武市 九十九里町	・買い物同行、外出同行 3,850円/1時間。 ・交通費550円/回。 ※介護認定を受けていない方も利用可能
34	(有)白樺「白樺生活支援サービス」	南上宿6-3 ☎55-1840	東金市全域 市外については応相談	・買い物同行、散歩の付添 1,800円（税込）/1時間。 以降15分毎450円（税込）。 ・買い物代行10円（税込）/1km。 ※介護認定を受けていない方は要相談
35	社会福祉法人清規会「芙蓉荘訪問介護事業所」	家之子2010-3 ☎55-5700	東金市全域 市外については応相談	・買い物同行、代行 3,000円/1時間。 ※介護認定を受けていない方も利用可能

■ 公共交通機関での外出の同行・代行(つづき)

No.	名 前	住所／電話番号	対応エリア	サービス内容
36	生活協同組合コープ みらい千葉県本部 くらしのたすけあいの会 「おたがいさま」	千葉市中央区新田 町 3 6 - 1 5 千葉 テックビル4F ☎ 0 8 0 0 - 5 0 0 - 2 6 4 7 (無 料)	東金市全域 市外も対応 可	・組合員登録が必要。(出資金 500 円) ・買い物同行 1,678 円~/1 時間 1,050 円~/30 分以内 ・買い物代行は 1,300 円~/1 時間 ・応援者の交通費、バス、電車実費 ※休日や時間外は割り増し料金。 ※介護認定を受けていない方も利用可能
37	小川タクシー(有)	求名 3 7 - 1 5 ☎ 5 2 - 2 1 3 8	東金市内 ※詳細はご 相談くだ さい	・タクシー事業者が行う救援事業 買い物代行、病院の順番取り、薬の受け取り、公共料金の支払い、役所等各種書類の受け取り、バッテリー上がりレスキュー、お使いや高齢者の安否確認等お気軽にお問い合わせください。(「便利タクシーの利用」とご依頼ください。) ※お店や病院へは、お客様自身でご注文、取り置きの依頼をお願いします。 ・利用時間：9 時～17 時 ・利用料金：1 時間 2,000 円+自費、以後 30 分毎 1,500 円、時間指定料金 500 円。 ※料金は、品物受け取りからお届けまでの時間で計算します。自費は立て替えた商品代です。 ※介護認定を受けていない方も利用可能

■ 病院内までの付添い（診察室に入らない）

No.	名 前	住所／電話番号	対応エリア	サービス内容
38	セントケア千葉(株) セントケア東金 「セントケアプライ ベートサービス」	東上宿1-3-17 ☎50-1012	東金市全域 市外につい ては応相談	・通院、院内の付添 3,600 円/1 時間。 ・セントケア利用者に限り、15 分 単位での利用可。 ※介護認定を受けていない方も利 用可能
39	(有)メディカルマー チン 「マーチン介護サー ビス東金」	南上宿4-9 ☎53-2510	東金市全域 山武市 大網白里市 九十九里町	・病院内の付添 1,100 円/30 分。 ※詳しくはご相談ください。
40	(株)シーエー企画 ヘルパースステーショ ン温	田間758-1 ☎50-9339 ☎0120-41- 0802	東金市全域 市外につい ては応相談	・ケアマネジャーを通じてお申込 ください。 ・病院内の付添 2,000 円/1 時間。 延長 1,000 円/30 分。 ・交通費 300 円/回。 ・介護保険サービスと連続して使 用する場合、交通費は不要。 ※対象は、介護認定を受けている方 のみ
41	社会福祉法人ゆりの 木会ホームヘルパー ステーションゆりの 木苑 「スマイルサービ ス」	家徳756-2 ☎50-8111	東金市全域 山武市 九十九里町	・病院内の付添 1,000 円/30 分未満。 以降 15 分毎に 500 円増。 ・対象は、ゆりの木苑利用者に限 定。
42	(株)ヤックスケアサ ービス	☎0120-39 5-558	東金市全域 山武市 九十九里町	・病院内付添 3,850 円/1 時間。 ・交通費 550 円/回。 ※介護認定を受けていない方も利 用可能
43	(有)白樺 「白樺生活支援サー ビス」	南上宿6-3 ☎55-1840	東金市全域 市外につい ては応相談	・病院内の付添 1,800 円/1 時間。 以降 15 分毎 450 円。 ※介護認定を受けていない方は要 相談
44	社会福祉法人清規会 「芙蓉荘訪問介護事 業所」	家之子2010- 3 ☎55-5700	東金市全域 市外につい ては応相談	・病院内の付添 3,000 円/1 時間。 ※介護認定を受けていない方も利 用可能

■ 病院内までの付添い（診察室に入らない）（つづき）

No.	名 前	住所／電話番号	対応エリア	サービス内容
45	(有)トータル介護サービスアイ	東新宿 10-12 ☎ 52-8019	東金市全域 市外も対応可	・病院内の付添 2,650 円/30 分毎。 ※対象は、介護認定を受けている方のみ
46	生活協同組合コープ みらい千葉県本部 くらしのたすけあいの会 「おたがいさま」	千葉市中央区新田 町 36-15 千葉 テックビル 4F ☎ 0800-50 0-2647（無料）	東金市全域 市外も対応可	・組合員登録が必要。（出資金 500 円） ・通院、病院内の付添 1,678 円/1 時間。 1,050 円/30 分以内。 ・応援者交通費、バス、電車実費。 ・希望者には診察時の付添可。 ※休日や時間外は割増料金。 ※介護認定を受けていない方も利用可能

■介護保険外で使える介護タクシー・有償ボランティア団体

No.	名 前	住所／電話番号	対応エリア	サービス内容
47	社会福祉法人清規会 「芙蓉荘訪問介護事業所」	家之子 2 0 1 0 - 3 ☎ 5 5 - 5 7 0 0	東金市全域 市外については応相談	・ 630 円/2.3 kmまで。 ・ 337mごとに 90 円加算。 ・ 迎車料 1 k mまで無料 ・ 2 k mまで 400 円 ・ 5 k mまで 800 円 ・ 10 k mまで 1,500 円 ・ 別に介助料金 1,000 円が必要。 ※介護認定を受けていない方も利用可能
48	(有)トータル介護サービスアイ	東新宿 1 0 - 1 2 ☎ 5 2 - 8 0 1 9	東金市全域 市外も対応可	・ 2,650 円/30 分毎。 ・ 620 円/2 kmまで。 ・ 以降 310m毎 80 円。 ・ 迎車料 620 円(2 kmまで初乗り運賃に含む)。 ・ 深夜、早朝 3 割増。 ・ 乗降介助 1,080 円/回。 ・ ストレッチャー利用 2,160 円/回。 ・ 待機(1 分 45 秒まで)毎 80 円。 ・ 身体障害者手帳お持ちの方(1 割引き)。 ※対象は、介護認定を受けている方のみ
49	東金ケアタクシー	東金 1 2 5 0 ☎ 5 5 - 8 3 4 1	東金市全域	・ 乗降介助が必要な場合、2,700 円/回。 ※介護認定を受けていない方も利用可能
50	南総ケアタクシーサービス	東金 5 8 7 - 6 ☎ 5 2 - 2 5 5 2	東金市全域	・ 乗降介助が必要な場合、2,700 円/回。 ※介護認定を受けていない方も利用可能(日時や行き先等、要相談)
51	介護タクシー藤本	道庭 1 1 9 3 - 2 3 ☎ 5 8 - 6 3 0 8 ☎ 0 9 0 - 5 7 5 3 - 6 5 1 4	東金市全域 市外も対応可	・ 料金(タクシーメーターあり)。 ・ 他、固定料金あり。 ・ 千葉県で乗降すれば、区域は全国可。 ※介護認定を受けていない方も利用可能

■介護保険外で使える介護タクシー・有償ボランティア団体(つづき)

No.	名 前	住所／電話番号	対応エリア	サービス内容
52	介護タクシー クマさん	川場 1 4 5 9 - 1 ☎ 0 9 0 - 1 7 9 6 - 6 1 1 4	乗降何れかが千葉県内であれば利用可能	・初乗り運賃（2km まで）730 円以降 291m 毎に 90 円加算 ・障がい者割引 10% ・病院内付添等 1,000 円～
A1	(有)白樺「白樺送迎サービス」	南上宿 6 - 3 ☎ 5 5 - 1 8 4 0	東金市全域 市外も対応可	・初乗り運賃（2km まで）670 円以降 346m 毎に 80 円加算 ・追加サービス（タクシー乗車の際に出先での付き添いが必要な方はご利用いただけます） ・付き添い（買い物、病院など）30 分毎に 500 円 ・迎車料金 東金市内 無料 東金市外 300 円 ・車いすでの乗車可（ストレッチャー不可） ・ご依頼はケアマネジャーに相談ください。 ※対象は、介護認定を受けている方、障害者手帳を交付されている方のみ
B6	福祉・介護タクシー きみの街福祉交通	大網白里市駒込 4 3 8 - 9 大網ハイツ A 棟 1 2 0 6 号 ☎ 0 9 0 - 8 8 1 1 - 4 1 6 5	千葉県内発であれば、行先はどこへでも可	・初乗り（1.27km まで）500 円。1.27 km 超は 272m ごとに 100 円。 ・深夜早朝（午後 10 時～午前 5 時）2 割増。 ・障害者割引 1 割。 ・迎車料 500 円。 ・車椅子のまま乗降可（リクライニング車椅子も乗車可）。 ・看護師の同乗もいたします。 ・半日、1 日、1 泊 2 日などの貸切も可。 ・深夜救急搬送時の病院への迎え対応可。 ・その他、乗降介助料などはお問合せください。

■介護保険外で使える介護タクシー・有償ボランティア団体(つづき)

No.	名 前	住所／電話番号	対応エリア	サービス内容
B7	ケアタクシーちどり	九十九里町片貝 6 6 1 4 ☎ 5 1 - 6 2 0 5	発着時いずれかが千葉県内であれば利用可能 ※県外などへの長距離の運行もご対応します	・対象は、外出時にサポートが必要な方。 ・運賃は以下のいずれかお選びいただけます。 ①メーター料金（走った距離で計算） ・初乗り運賃 2 kmまで 730 円 ・加算 284m ごと 90 円 ②時間料金（かかった時間で計算） ・初乗り運賃 30 分まで 3,000 円 ・加算 30 分ごと 3,000 円 ・迎車料金 300 円（①メーター料金のみに適用）。 ・乗降介助料金 500 円。 ・オプション料金（希望される方のみ） ・ケアサポート 30 分 750 円（付添い、買い物代行、お墓掃除など） ※病院は診察室内の付添い含め 全て対応可能 ・車イス利用 無料 ・ストレッチャー利用 4,000 円 ※弊社補助スタッフの対応が不要の場合は無料
B8	楽学ハウス「そよかぜ」	大網白里市みどりが丘 2 - 2 3 - 2 0 ☎ 0 8 0 - 5 0 2 8 - 1 9 3 6	どこでも可 （制限なし）	・対象は、自力体位できる方。 ・受付は 2 4 時間対応。 ・料金 3 0 分 5 0 0 円（税別）。 ・別途要交通費 2 0 円 / km。 ※詳細はお電話でお問合せください。

■市内のタクシー・バス

No.	名 前	住所／電話番号	対応エリア	サービス内容
53	小川タクシー(有)	求名37-15 ☎52-2138	営業区域 (山武東金 交通圏：東 金市、山武 市、大網白 里市、九十 九里町、横 芝光町) 発 着地点のど ちからが営 業区域であ ること	・初乗り運賃 1.27kmまで 500 円。 ・加算:272mごと、時速 10km以下 になった場合が 100 秒ごと 100 円。 ・迎車回送料金あり。(定額 1 回 400 円) ※各種予約料金については、お問い 合わせください。
54	東金タクシー(有)	東金1250 ☎55-6000		
55	仲田タクシー(有)	東金1250 ☎54-0181		
56	南総タクシー(株)	東金587-6 ☎54-1281		
57	九十九里鉄道(株)	田間25 ☎52-3161	運行路線に よる	・片貝線(東金⇔片貝⇔本須賀他) ・豊海線(東金⇔広瀬⇔白里他) ・八街線(東金⇔上布田⇔八街) ・西が丘線(東金⇔日吉台) ・季美の森線(東金⇔東千葉メディ カル⇔季美の森) <高速バス> ・九十九里ライナー(片貝⇔東金⇔ 日吉台⇔千葉)
58	ちばフラワーバス (株)	山武市津辺47 ☎82-2611	運行路線に よる	・千葉線(成東⇔東金⇔千葉) <高速バス> ・フラワーライナー(成東⇔東金⇔ 千葉) ・シーサイドライナー(成東⇔東金 ⇔東京)
59	市内循環バス	東金市 地域振興課 ☎50-1196	運行路線に よる	・福岡路線、豊成路線を運行(平日及 び土曜日運行)。 ・大人(高校生以上) 300 円、小中 学生 100 円、乳幼児無料 ・障害者手帳、介護保険証(要支援・ 要介護認定者)、運転経歴証明書の 提示で割引あり。

■市内のタクシー・バス（つづき）

No.	名 前	住所／電話番号	対応エリア	サービス内容
60	乗合タクシー	東金市 地域振興課 ☎ 5 0 - 1 1 9 6	東金市全域	・利用者の予約に応じて「東金市乗合タクシー」のステッカーを貼ったタクシーが利用者の自宅から市内公共施設、病院、診療所、商業施設まで同じ時間帯の利用を希望した方と乗合で送迎する公共交通。 ・利用には事前に登録が必要。 ・午前 8 時（自宅等を出発）から午後 5 時（自宅等に到着）までの間で予約状況に応じて運行(祝休日・年末年始除く)。 ・大人（高校生以上）400 円、小中学生 200 円、小学生未満無料。 ・障害者手帳、運転経歴証明書等の提示で、割引あり。(要支援・要介護認定者への割引はなし)

家での生活支援

■介護保険外で使える自費のホームヘルプサービス等

No.	名 前	住所／電話番号	対応エリア	サービス内容
61	セントケア千葉(株) セントケア東金 「セントケアプライ ベートサービス」	東上宿1-3-17 ☎50-1012	東金市全域	(専門的な知識・資格を要しない) ①家族が在宅の場合の食事作り ②趣味のお手伝い ③ペットの世話等 ・3,600円/1時間。セントケア利 用者に限り、15分単位の利用可。 ※介護認定を受けていない方も利 用可能
62	(有)メディカルマー チン 「マーチン介護サー ビス東金」	南上宿4-9 ☎53-2510	東金市全域	・家事支援(買物、調理、掃除) ・料金1,100円/30分。 ※詳しくは相談ください。
63	(株)シーエー企画 ヘルパースステーショ ン温	田間758-1 ☎50-9339 ☎0120-41- 0802	東金市全域	・ケアマネジャーを通じてお申込 ください。 ・草取り、窓ふき、衣替え、電球交 換、郵便物の整理、ペットのえさ やり、墓掃除等。 ・料金3,000円/1時間。 ・交通費300円/回。 ・介護保険サービスと連続して利 用した場合、2,000円/1時間、 500円/15分。交通費なし。 ※対象は、介護認定を受けている方 のみ
64	社会福祉法人ゆりの 木会ホームヘルパー ステーションゆりの 木苑 「スマイルサービ ス」	家徳756-2 ☎50-8111	東金市全域	・電球交換、病院からの一時外泊し た際の食事介助、身の回りの援 助、入院中の手伝い。 ・料金1,000円/30分未満。以降 15分毎に500円増。 ・対象はゆりの木苑利用者に限定。

■介護保険外で使える自費のホームヘルプサービス等(つづき)

No.	名 前	住所／電話番号	対応エリア	サービス内容
65	(株)ヤックスケアサービス	☎ 0 1 2 0 - 3 9 5 - 5 5 8	東金市全域	・ 日常の清掃、洗濯、買い物等。料金 3,850 円/1 時間。 ・ (日常は行わない家事)庭のメンテナンス、特定箇所の掃除等。料金 3,850 円/1 時間。 ・ お話相手、趣味のお相手等。料金 3,850 円/1 時間。 ・ お墓掃除、留守中の水やり等。料金 3,850 円/1 時間。 ・ 各サービスに共通料金として、交通費 550 円/回。 ※介護認定を受けていない方も利用可能
66	(株)片貝 介護事業所くつろぎの家	藤下飛地 8 1 8 - 9 ☎ 7 7 - 7 0 2 0	東金市全域 (要相談)	・ 室内清掃、草取り、衣替え、ペットの散歩(ペットとの相性による)。 ・ 料金 2,500 円/1 時間。1 回 1 時間以上。1 時間以上は 15 分毎。 ※対象は、介護認定を受けている方のみ
67	(有)白樺 「白樺生活支援サービス」	南上宿 6 - 3 ☎ 5 5 - 1 8 4 0	東金市全域	・ 食事作り、食事の片づけ、ボタン付け、リビングの掃除、ごみ出し、水やり、草取り、資源ごみ出し、電球交換、お話相手、趣味のお相手等。 ・ 料金 1,800 円/1 時間。以降 15 分毎 450 円。 ※介護認定を受けていない方は要相談
68	(株)コイノニア 「ケアステーション コイノニア」	家之子 1 6 7 1 - 1 5 ☎ 5 3 - 2 8 7 1	東金市全域	・ 大掃除。2,000 円/1 時間。 ・ サービスは、(株)コイノニアの利用者に限定。
69	(有)トータル介護サービスアイ	東新宿 1 0 - 1 2 ☎ 5 2 - 8 0 1 9	東金市全域	・ 大掃除、窓拭き、衣替え、草取り等。 ・ 身体介護相当 : 3,240 円/1 時間。 ※対象は、介護認定を受けている方のみ

■介護保険外で使える自費のホームヘルプサービス等(つづき)

No.	名 前	住所／電話番号	対応エリア	サービス内容
70	(有)メディカルマ ーチン 「有料老人ホーム 葵」	滝沢 3 2 3 - 6 ☎ 5 3 - 8 3 4 1	東金市全域	・ 介護保険外で使える宿泊。 ・ 利用時間(午後 4 時～翌日午前 9 時)利用時間は要相談。 ・ 料金：1 泊 4,700 円(同事業所のデイサービス利用者 2,000 円)。 ・ 食事代(朝食)370 円、(昼食)600 円、(夕食)580 円 ※介護認定を受けていない方も利用可能。(要相談)

■その他事業所、有償ボランティア団体

No.	名 前	住所／電話番号	対応エリア	サービス内容
71	公益社団法人 東金市シルバー人材 センター	道庭 1 1 9 3 - 8 0 ☎ 5 8 - 1 8 8 8	東金市全域	・ 家事援助、植木手入れ、草刈等(毎年定める価格表のとおり。) ・ 材料費等別途。
72	生活支援そよかぜ	日吉台 7 - 1 8 - 6 ☎ 0 9 0 - 3 8 7 5 - 0 1 5 9	東金市全域	・ 庭の草取り、ゴミ出し、話し相手、掃除、洗濯、食事作り等。 ・ 料金 1,000 円/1 時間。500 円/30 分以内。 ・ 受付：平日午前 9 時～午後 5 時 ※有償ボランティア団体であり、活動中等は電話がつながりにくいことがあります。
73	生活協同組合コープ みらい千葉県本部 くらしのたすけあいの会 「おたがいさま」	千葉市中央区新田 町 3 6 - 1 5 千葉 テックビル4F ☎ 0 8 0 0 - 5 0 0 - 2 6 4 7 (無料)	東金市全域	・ 組合員登録が必要。(出資金 500 円) ・ 日常の家事、食事作り、洗濯、掃除、葉の受け取り、留守番、代筆、各種機関への書類提出等。 ・ 料金 1,300 円/1 時間。1,050 円/30 分以内。 ・ ペットの世話、簡単な家具の組み立て、草取り、簡単な庭木の剪定、水やり、繕い物。 ・ 料金 1,678 円/1 時間。1,050 円/30 分以内。 ・ 応援者の交通費、バス、電車実費。 ※休日や時間外は割増料金

■その他事業所、有償ボランティア団体(つづき)

No.	名 前	住所／電話番号	対応エリア	サービス内容
74	布施農園	松之郷2789 ☎55-3565	東金市全域	・植木の手入れ。 ・状況に応じ草刈も実施。 ・時期、料金等は要相談。
75	れいなんスマイル・サポート生活支援隊	☎（北之幸谷：猪野）55-0532 ☎（堀上：松戸）080-3017-7053 ☎（川場：藤井）55-8335 ☎（押堀：遠山）090-3221-0598	嶺南地区	・庭の草取り、簡単な掃除・片付け、ごみ出し、話し相手など。（要相談） ・料金500円／1時間（チケット制） ※有償ボランティア団体であり、活動中等は電話がつながりにくいことがあります。
76	よみうりライフサポート	九十九里町片貝 5070 ☎76-1200	東金市全域	・クリーニング（エアコン、換気扇、洗濯機等） ・掃除（お風呂、トイレ、キッチン、窓、雨どい等） ・お部屋、倉庫等の片付け ・網戸、障子の張替え（1枚2,200円～） ・草刈、庭木の剪定、その他 ・お住いの「困ったこと」はお気軽にご相談ください。 ・1時間2,200円～、サービス料は、内容により違いますのでお問合せください。出張料、お見積りは無料です。

■その他事業所、有償ボランティア団体(つづき)

No.	名 前	住所／電話番号	対応エリア	サービス内容
B9	公平ゆうあいサポート	☎(求名:高山) 090-8850-7300 ☎(家之子:川野) 090-5827-2324 ☎(道庭:浪方) 080-5062-1729 ☎(松之郷:鑑田) 090-2522-6828 ☎(求名駅前:土屋) 090-8455-1235	公平地区	・ごみ出し、話し相手、庭木の手入れ、草取り、草刈りなど。 ・料金 500 円／1 時間、250 円／30 分（チケット制）。 ・自治会に未加入の方は、別途利用料 300 円（チケット制）が必要です。 ※有償ボランティア団体であり、活動中等は電話がつながりにくいことがあります。
B10	楽学ハウス「そよかぜ」	大網白里市みどりが丘2-23-20 ☎080-5028-1936	東金市全域	・受付は24時間対応。 ・家事代行、犬の散歩、玄関ポーチ洗浄等々、その他応相談（毎日の暮らしの中での困り事、手伝って欲しい事を代行します）。 ・サービス提供時間は応相談。 ・料金30分500円（税別）。 ・別途要交通費20円／km。 ※詳細はお電話でお問合せください。

高齢者にやさしいサービス

■ 高齢者にやさしいサービス

No.	名 前	住所／電話番号	対応エリア	サービス内容
77	生活クラブ生活協同組合 「くらしと家計の相談室」	千葉市中央区中央 3-9-9 エレル千葉中央ビル304 ☎043-202-1471（午前9時～午後6時受付）	東金市全域	・お金に関する「お困りごと」の生活相談と家計再生支援貸付事業。 ・ご相談は無料です。 ・貸付が必要な場合、生活クラブ生協加入(出資金 1,000 円、脱退時返金)。 ・日曜日、祝日は休み。土曜日はオープン。 ※面談は予約制です。事前に電話相談のうえ、事務所にお越しください。
78	五根の家(NPO法人ちば地域生活支援舎) 「介護相談五根の家」	台方1034-1 ☎50-2557	東金市全域	・在宅介護、認知症介護でお悩みの方を対象に介護相談を行う。 ・無料。 ・24 時間、365 日相談可。 ・必要時、自宅訪問可。
79	(株)太平堂	東岩崎13-1 ☎52-2544	東金市全域	・眼鏡、補聴器の調整、相談等。 ※自宅への出張については、お問合せください。
80	(株)勉強堂 東金店	東岩崎26-9 ☎55-5781	東金市全域	・補聴器の調整、相談等。 ・メガネの販売、時計、宝石の修理等。
81	セカンドストリート 東金店	道庭659 ☎50-1800	東金市全域	・大型家具、大型家電買い取りサービス。(和たんすは不可) ※出張買い取りサービスはなし。

安心・安全

■介護保険外で使える見守り・安否確認サービス

No.	名 前	住所／電話番号	対応エリア	サービス内容
82	(株)シーエー企画ヘルパーステーション 温	田間 7 5 8 - 1 ☎ 5 0 - 9 3 3 9 ☎ 0 1 2 0 - 4 1 - 0 8 0 2	東金市全域	・ケアマネジャーを通じてお申込ください。 ・見守り、安否確認。 ・料金 3,000 円/1 時間。 ・交通費 300 円/回。 ・同事業所の介護保険サービスを連続して利用した場合、500 円/15 分、2,000 円/1 時間。 ・交通費なし。 ※対象は、介護認定を受けている方のみ
83	(有)白樺「白樺生活支援サービス」	南上宿 6 - 3 ☎ 5 5 - 1 8 4 0	東金市全域	・認知症の方の見守り。 ・料金 1,800 円/1 時間。 ・以降 15 分毎 450 円。 ※介護認定を受けていない方は要相談
84	(株)ヤックスケアサービス	☎ 0 1 2 0 - 3 9 5 - 5 5 8	東金市全域	(みまもり・安否確認) ・長時間の見守り。 ・料金 3,850 円/1 時間。 ・交通費 550 円/回。 ※深夜、早朝は料金割増し ※介護認定を受けていない方も利用可能
85	社会福祉法人清規会「芙蓉荘訪問介護事業所」	家之子 2 0 1 0 - 3 ☎ 5 5 - 5 7 0 0	東金市全域	・見守り。 ・料金 3,000 円/1 時間。 ※介護認定を受けていない方も利用可能

■介護保険外で使える見守り・安否確認サービス(つづき)

No.	名 前	住所／電話番号	対応エリア	サービス内容
86	日本郵便 「郵便局のみまもりサービス」	お近くの郵便局 ☎0120-23-28-86 ※携帯電話から ☎0570-046-666(通話料有料) 平日9時～21時 土・日・休日9時～17時	東金市全域	○みまもり訪問サービス ・郵便局社員など(弊社が委託した者を含む。)がご利用者宅等へ訪問し、会話を通じて生活状況を確認。確認結果を報告先へ連絡します。 ・月額 2,500 円(税込) ○みまもりでんわサービス ・ご利用者へ毎日お電話(自動音声)で体調確認を行い、確認結果を報告先のご家族へ連絡します。 ・固定電話 月額 1,070 円(税込) ・携帯電話 月額 1,280 円(税込) ※市内、8 郵便局で対応しております。相談は郵便局まで。
87	ヤマト運輸(株) 「クロネコ見守りサービス ハローライト訪問プラン」	☎0120-545425 午前9時～午後6時 年中無休	東金市全域	・LED 電球と通信機能が一体になった「ハローライト」が点灯/消灯を前日 9:00～当日朝 8:59 の間計測し見守り、電球点灯/消灯の動きがない場合、当日朝 9:00～10:00 に事前に設定した通知先へメールでお知らせします。 異常時には通知先のご依頼に応じてスタッフが設置先を訪問。必要に応じて地域包括支援センター等と連携し対応します。 ・月額 1,078 円(税込) ・Wi-Fi などの通信機器も不要 ・工事もコンセントも不要 ・特別な操作も不要 ・ハローライトの設置から日々の使用状況管理、異常時の代理訪問まで初期費用・追加費用無しで標準対応、お手頃な月額料金でご利用いただけます。

■介護保険外で使える見守り・安否確認サービス(つづき)

No.	名 前	住所／電話番号	対応エリア	サービス内容
88	象印マホービン(株) CS 推進本部 「みまもりほっとライン」	大阪府大東市中垣内 1-2-1 ☎ 0 1 2 0 - 9 5 0 - 5 5 5 平日 9 時～17 時 祝日、弊社休業日は除く	東金市全域	・無線通信機を内蔵した「i ポット」を使うとその情報が離れて暮らす家族に届く。家族はその様子を携帯電話やパソコンでいつでもどこでも見守ることができる。 ・1 ヶ月ご利用無料でお試しできます。インターネットや WiFi は不要です。 ・初期費用 5,500 円(税込)(ポット 1 台につき) ・利用料月額 3,300 円(税込)(ポットのレンタル料含)
89	(同)ネコリコ 高齢者みまもりサービス「まもりこ」	東京都千代田区東神田 2 - 1 - 8 秋葉原クロスサイド 6 階 ☎ 0 3 - 5 6 8 7 - 6 7 7 5 平日 9 時～17 時 30 分	東金市全域	・冷蔵庫に設置した「まもりこ端末」がドアの開閉を検知。一定時間動きがない場合のみ、異変をみまもる家族のスマホアプリに通知します。(判定は 1 日 3 回) ・まもりこは、通信機能を内蔵しているので、インターネット回線や Wi-Fi のない環境でも使用可能。コンセントにつなぐだけですぐに使えます。 ・本体価格 13,200 円(税込) 月額利用料 550 円(税込) サービスお申し込みから 1 ヶ月間は月額利用料が無料です。 ・ご購入、詳しい情報は Web サイトをご覧ください。 https://www.necolico.co.jp/mamolico/



医療

■ 往診の相談、往診してくれる歯科医院

No.	名 前	住所／電話番号	対応エリア	サービス内容
90	山武郡市歯科医師会 歯科医療支援室 在宅訪問歯科診療 受付	堀上 3 6 0 - 2 ☎ 5 5 - 2 9 7 5	東金市全域	・通院困難な方への歯科往診。希望歯科医院の申し入れ可。 ・医療保険診療。 ・往診希望者宅近くの歯科医院と日程調整。 ・(受付)月・火・木・金曜日 火曜日は午前中のみ受付。 (受付時間) 午前 10 時～正午 午後 1 時～4 時
91	木村歯科医院	東金 1 2 2 9 ☎ 5 2 - 2 5 5 8	東金市全域	・訪問歯科診療 ・日程は調整して訪問。
C1	みかげ訪問歯科	八街市文違 3 0 1 - 4 5 0 ベルコス モ 2 ☎ 0 4 3 - 3 1 0 - 4 1 8 3 ☎ 0 9 0 - 6 9 2 9 - 7 2 0 2 (直 通)	東金市全域 (正気地区・ 豊成地区の 一部及び福 岡地区は除 く)	・訪問治療で可能な治療 (歯周病治療・虫歯治療・抜歯・入 れ歯の作成、修理・口腔ケア・口 腔リハビリ・嚥下検査) ・訪問歯科診療の治療費用 保険診療(医療保険・介護保険)が 適用されます。 各自治体の助成等を受けている方 はそれぞれの助成制度を利用でき ます。安心してご利用ください。 ☆院の特徴☆ 1. 訪問診療専用の機械や機材を 取り揃えていますので、通常 の歯科医院とほぼ同等の治療 が受けられます。 2. 嚥下内視鏡検査(VE 検査)で 嚥下機能を評価し、安全に食 事ができるようアドバイスや リハビリ計画を提供します。

■ 自宅まで訪問してくれる薬局

薬剤師がご自宅にお薬をお届けして、お薬の整理や飲み方などを説明する等の対応をします。ご利用には、かかりつけ医やかかりつけ薬剤師、担当のケアマネジャーにご相談下さい。訪問には、1回 344 円～607 円程度(介護保険の利用者負担割合が 1 割の方の場合)手数料がかかります。このほか、薬局ごとの対応についてはお問い合わせください。

No.	名 前	住所／電話番号	対応エリア	サービス内容
92	アップル薬局東金店	田間 2-2 2-8 ☎ 5 3-6 9 7 2 (土・日・祝日休み)	東金市全域	・医師の指示による薬剤師の訪問。 ・訪問には 1 回ごとに手数料あり。
93	ウザワ薬局	家徳 664 ☎ 5 3-3 8 8 1 (日・祝日休み)	店から車で 1 5 分程度 の地域	・医師の指示による薬剤師の訪問。 (訪問には 1 回ごとに手数料あり) ・お薬の不足や処方に時間がかかる 場合、希望者には自宅までお薬の お届け。(時間等、要相談。お届け 手数料なし。)
94	小野薬局	日吉台 4-3-2 ☎ 5 5-4 6 7 8 (日・祝日休み)	日吉台及び 周辺地域	・医師の指示による薬剤師の訪問。 ・訪問には 1 回ごとに手数料あり。 ・お薬の不足や調剤に時間がかかる 場合、希望者には自宅までお薬の お届け。 ・時間等、要相談。 ・お届け手数料なし。
95	そうごう薬局東金店	家徳 1 2 4-5 ☎ 5 8-1 0 5 1 (日・祝日休み)	店から車で 30 分以内で移動 できる範囲	・医師の指示による薬剤師の訪問。 ・訪問には 1 回ごとに手数料あり。
96	すみれ薬局季美の森 店	山田 6 6 9-5 0 ☎ 7 8-3 9 8 1 (日・祝日休み) 土曜日のみ午前 9 時～正午開局	東金市全域	・医師の指示による薬剤師の訪問。 ・訪問には 1 回ごとに手数料あり。 ・お薬の不足や処方に時間がかかる 場合、希望者には自宅までお薬の お届け。 ・時間等要相談。お届け手数料なし。
97	東光堂薬局	東金 1 2 4 0 ☎ 5 4-0 2 4 0 (日・祝日休み)	店から車で 20 分以内の地域	・利用の方の事情によっては、個別 にお届け、残薬の確認等(要相談)。 ※配達時間は要相談
98	灰吹屋鈴木薬局	東金 9 9 7 ☎ 5 2-3 1 8 5 (日曜休み)	東金市全域	・医師の指示による薬剤師の訪問。 ・お薬の不足や処方に時間がかかる 場合、希望者には自宅までお薬及 び店内商品も一緒にお届け可能。 ・お届け手数料なし。(処方箋の種類 によっては手数料かかるものもあり)

■自宅まで訪問してくれる薬局(つづき)

薬剤師がご自宅にお薬をお届けして、お薬の整理や飲み方などを説明する等の対応をします。ご利用には、かかりつけ医やかかりつけ薬剤師、担当のケアマネジャーにご相談下さい。訪問には、1回344円～607円程度(介護保険の利用者負担割合が1割の方の場合)手数料がかかります。このほか、薬局ごとの対応についてはお問い合わせください。

No.	名 前	住所／電話番号	対応エリア	サービス内容
99	(有)松屋薬局	東上宿16-14 ☎55-0058 (日・祝日休み)	要相談	・医師の指示による薬剤師の訪問。 ・利用者の方の事情によっては、病院の処方箋調剤薬に限り、個別にお届け(要相談)。
100	みどり調剤薬局	台方2058-3 ☎50-3340 (祝日休み) 日曜日のみ午前9時～正午まで開局	店から車で20分程度の地域	・利用者の方の事情によっては、個別にお届け(要相談)。
101	薬局漢方閣 東金店	東岩崎2-26-1 5メイプル5-102 ☎52-8171 (日曜休み)	東金市全域	・医師の指示による薬剤師の訪問。 ・訪問には1回ごとに手数料あり。
102	吉野屋薬局	田間2045 ☎52-2623 (日・祝日休み)	田間地区及びその周辺地域	・薬の在庫不足や調剤に時間が掛かる場合は個別にお届けもします。 (要相談)

健康・まなび・趣味・交流・ボランティア

■地域のサロン・健康教室

※参加費の記載が無い場合も活動内容により参加費を徴収する場合があります。

No.	名 前	活動場所/電話番号	対応エリア	活動内容
105	日吉台東区 サンデーサロン	東が丘会館 ☎ 5 5 - 3 1 1 3 (木下)	日吉台東区	・区会主催。 ・毎月第3日曜日開催。午前10時～午後5時。 ・ビデオ鑑賞、麻雀、カラオケ等
106	求名駅前区 「いきいき高齢者 健康サロン」	求名駅前区公民館 ☎ 5 4 - 2 4 4 5 (鈴木)	求名駅前区	・駅前区在住の65歳以上の方対象。 ・毎週火曜日 午後1時～午後5時 「東金市口コモ体操」、歌、介護予防体操、脳トレ、ボッチャ、映画会等。
107	堀上元気塾	堀上コミュニティ 会館 ☎ 5 2 - 5 2 2 8 (川辺)	嶺南地区	・「東金市口コモ体操」、ストレッチ、筋トレ。 ・毎週月曜日 午前10時～午前11時30分 ・参加費100円/回。 ・2か月に1回、講師による指導あり。
108	正気からだ元気塾	正気地区コミュニ ティセンター ☎ 0 9 0 - 1 2 5 7 - 6 6 8 2 (小 倉)	東金市全域	・ストレッチ、筋トレ、有酸素運動。 ・第1月曜日を除く毎週月曜日 午前9時30分～午前11時開 催。

※No.103、No.104 は削除。

■地域のサロン・健康教室(つづき)

※参加費の記載が無い場合も活動内容により参加費を徴収する場合があります。

No.	名 前	活動場所/電話番号	対応エリア	活動内容
109	田間てんとう虫教室	田間コミュニティ会館 (1区: 槌屋) ☎55-0026 (2区: 遠山) ☎54-2147 (3区: 真行寺) ☎52-1750	田間地区	・健康体操。 ・年11回開催。(第2水曜日)
110	新宿てんとう虫教室	新宿区民会館 ☎090-8509-2747(三浦)	東金市全域	・健康体操。 ・月2回、第2・第4水曜日に開催。 ・会費 500円/回。 ・市内の地区を問わず、参加可。
111	堀上てんとう虫教室	堀上コミュニティ会館 ☎54-1677(飯田)	堀上区	・健康体操。 ・第1木曜日開催。
114	喜楽会	上武射田コミュニティ会館 ☎58-7412(小林)	上武射田区	・「東金市口コモ体操」 ・運動、おしゃべり、お茶 ・会費 100円/回 ・第4土曜日 午前9時30分～
115	ひばりビクス	豊成地区コミュニティセンター ☎090-3249-7562(土肥)	東金市全域	・美空ひばりの曲等に合わせた運動、健康体操。その他の曲にのってダンスも楽しんでいます。 ・第1水曜日実施。
116	公益財団法人東金文化・スポーツ振興財団 東金アリーナ スポーツ教室 (アリーナ元気塾)	堀上1361-1 ☎50-1715	東金市全域	・50歳以上対象。 ・午前9時55分～午前10時55分(武道場にて実施) ・参加費 5,000円/15回分。申込(アリーナ窓口・電話受付)

※No.112、No.113は削除。

■地域のサロン・健康教室(つづき)

※参加費の記載が無い場合も活動内容により参加費を徴収する場合があります。

No.	名 前	活動場所/電話番号	対応エリア	活動内容
117	公益財団法人東金文化・スポーツ振興財団 東金アリーナ スポーツ教室 (アクティブシニア塾)	堀上1361-1 ☎50-1715	東金市全域	・65歳以上対象。 ・午前9時05分～午前9時50分 (武道場にて実施) ・参加費5,000円/15回分。 ・申込(アリーナ窓口・電話受付)
118	気功文化研究会	東金中央コミュニティセンター ☎52-6017 (石塚)	東金市全域	・気功の基礎を学び、実践する。 ・毎月1、2、3金曜日 午前11時～正午
119	自力整体・そうたい法教室	大和地区コミュニティセンター ☎52-7245 (井上)	東金市全域	・自分で身体の歪みを整え、自然治癒力を高める。 ・第1、2、3土曜日 午前9時～午前11時
120	くつろぎヨガ	ふれあいセンター等 ☎090-9663-0369(森山)	東金市全域	・ヨガにマクロビオテックの考え方を取り入れたヨガ教室。 ・第2土曜日 午後3時30分～午後5時開催。(不定期。お問い合わせください)
121	誰でも出来る！健康体操	東金中央コミュニティセンター ☎52-0589 (佐藤ひさ子)	東金市全域	・音楽に合わせて足腰を丈夫にする。 ・第2、4金曜日(午後2時～午後3時) ・参加費500円/回。
122	ヘルスサポーターの会 “ふれあい”	ふれあいセンター・地区コミュニティセンター等 ☎54-2304 (角田)	東金市全域	・各支部で、健康作りのためのウォーキング、グラウンドゴルフ等の健康イベントを開催している。 ・市内10支部。
123	一般社団法人東千葉スポーツクラブ	東金アリーナほか ☎080-3453-3398(山岸)	東金市全域	・総合型地域スポーツクラブとして、多目的運動教室開催。 ・空手、ヨガ、太極拳、ノルディックウォーキング、健康体操等。
124	あさちゃんのストレッチ&ダンス	東金中央コミュニティセンター ☎090-1103-0418(佐藤)	東金市全域	・気軽に楽しく出来る体力作り。 ・毎週1回 午前11時～正午開催。 ・参加費550円/回。 ・参加者は50代以上の方が多いです。

■地域のサロン・健康教室(つづき)

※参加費の記載が無い場合も活動内容により参加費を徴収する場合があります。

No.	名 前	活動場所/電話番号	対応エリア	活動内容
125	砂郷ラジオ体操会	菅原神社境内及び 体操広場 ☎54-2304 (角田)	砂郷区	・毎朝(午前6時30分～午前6時40分)ラジオ体操第1・2実施。 ・会員とのふれあい。どなたでも参加できます。 ・雨天中止
126	福岡健康卓球クラブ	福岡地区コミュニ ティセンター ☎55-2577 (高橋)	東金市全域	・卓球を通しての交流。 初心者、高齢者、参加歓迎。 ・入会費(1,500円:ボール、事務局費等に使用) <開催日時> ・毎週月曜日 午前9時～正午 ・毎週木曜日 午前9時～正午
127	ときがねバウンド テニスクラブ	東金アリーナ ☎090-651 7-9707(日 詰)	東金市全域 及び周辺市 町	・生涯スポーツとして、バウンドテ ニスを練習。 <開催日時> ・火曜日 午前9時～午前11時 ・水、木、金曜日 午前9時～午後1時
128	東金グラウンド・ゴ ルフクラブ	家徳スポーツ広場 ☎58-6161 (木村)	東金市全域	・東金市グラウンド・ゴルフ協会所属 各種大会に参加 ・毎週火・金曜日 午前9時～ ・会費 月600円
129	市役所OB会 (グラウンド・ゴル フ)	家徳スポーツ広場 阿部倉下公園 ☎53-1945 (田中)	東金市全域	・東金市グラウンド・ゴルフ協会所属 各種大会に参加 ※市役所OBでなくても可 ・毎週火曜日 午前9時～午前12 時 阿部倉下公園 ・毎週木曜日 午前9時～午前11 時 家徳スポーツ広場 ・会費 年2,500円

■地域のサロン・健康教室(つづき)

※参加費の記載が無い場合も活動内容により参加費を徴収する場合があります。

No.	名 前	活動場所/電話番号	対応エリア	活動内容
130	大和会 (グラウンド・ゴルフ)	家徳スポーツ広場 ☎53-1215 (堀川)	大和地区	・東金市グラウンド・ゴルフ協会所属 各種大会に参加 ・毎週金曜日 午後1時～ ・会費 年1,000円 ・仲間づくりと健康づくりを大切 にして活動しています。
131	ひまわりグラウンド・ゴルフクラブ	家徳スポーツ広場 ☎090-381 1-9123 (中 嶋)	公平地区 (興味があ る方は公平 地区以外で も可能)	・東金市グラウンド・ゴルフ協会所属 各種大会に参加 ・毎週水曜日 午後1時～午後5時 ・会費 月500円
132	田中クラブ	田中区公民館大広 間 ☎080-113 2-5133 (池 田)	田中区	・「東金市口コモ体操」、おしゃべり、 歌等 ・長寿会以外の方も参加可。 ・第2、第4木曜日 午後1時30分 ～
133	福俵寿クラブ	福俵区民会館ホー ル ☎52-0620 (行川)	福俵区	・「東金市口コモ体操」、踊り、おしゃ べり、歌、軽スポーツ等 ・寿クラブ会員以外の方も参加可。 ・第1、3水曜日 午後1時30分 ～午後3時30分
134	菱沼クラブ	菱沼公民館和室 ☎090-182 6-0609 (矢 口)	菱沼区	・「東金市口コモ体操」、卓球、グラウ ンドゴルフ、カラオケ等 ・長寿会以外の方も参加可。 ・毎週月曜日 午後2時～3時 (東 金市口コモ体操)
135	「東金市口コモ体 操」 下武射田地区(柳の 会)	下武射田公民館 ☎58-3063 (錦見)	下武射田地 区	・「東金市口コモ体操」 ・毎週水曜日 午前10時～
136	「東金市口コモ体 操」 田間1区(新町)	新町公民館 ☎52-4067 (越川)	田間1区 (新町)	・「東金市口コモ体操」 ・毎週火曜日 午前10時～
137	健康体操みらい塾	ふれあいセンター 和室 ☎090-603 1-6015 (佐 藤)	東金市全域	・「東金市口コモ体操」、筋トレ、脳ト レ、ストレッチ ・毎週水曜日 午前10時～ ・会費600円/月

■地域のサロン・健康教室(つづき)

※参加費の記載が無い場合も活動内容により参加費を徴収する場合があります。

No.	名 前	活動場所/電話番号	対応エリア	活動内容
138	「東金市口コモ体操」 山口区	山口区民会館 ☎52-5777 (柿栖)	山口区	・「東金市口コモ体操」 ・第1、3木曜日 午前9時～
139	自力整体研究会	東金中央コミュニティセンター ☎52-6017 (石塚)	東金市全域	・自力で身体の歪みを整え、自然治癒力を高める。 ・毎月第1、2、3金曜日 午前9時～午前11時
140	まさき倶楽部	あさいケアセンター ☎58-6781 (小川、小手、和久井)	東金市全域	・地域にお住まいの60歳以上の方対象。 ・毎週水、土曜日 午後1時～午後4時。 ・トレーニングマシンを使用しての筋トレ、ストレッチ、有酸素運動など。 ・利用料1回1000円(保険代含む)
A2	れんげの会	ふれあいセンター等 ☎54-2147 (遠山)	田間地区	・田間地区在住の75歳以上の方対象。 ・毎月第4火曜日 午後1時30分～ ・健康体操、季節ごとの行事、食事会など。 ・行事により日時の変更があります。 また、会費も異なります。
A3	3B体操公平教室	公平地区コミュニティセンター ☎080-5433-6325(西村)	東金市全域	・東金市在住の成人の方対象。 ・毎月第1、2、3火曜日 午前10時30分～正午 ・音楽に合わせて楽しく行う健康体操、用具を使用してのストレッチ筋トレ、脳トレなど。 ・参加費2,500円/月

■地域のサロン・健康教室(つづき)

※参加費の記載が無い場合も活動内容により参加費を徴収する場合があります。

No.	名 前	活動場所/電話番号	対応エリア	活動内容
B11	まさきクラブサロン	あさいケアセンター まさき倶楽部内 ☎58-6781 (小川、小手、和久井)	東金市全域	・地域にお住まいの60歳以上の方対象。 ・毎週水、土曜日 午後1時～午後4時。 ・家に籠りがちだと、運動機能も認知機能も衰えます！体を動かしたり・おしゃべりしたり・笑ったり！地域の皆様の交流の場・相談の場として、楽しいひと時を一緒に過ごしませんか？ ・利用料1回100円（保険代含む） ・毎月第4水曜日には、ワークショップやイベントを開催。
C2	「東金市口コモ体操」上宿	東上会館 ☎090-2762-0731（早野） ☎090-4423-2482（高）	上宿区	・「東金市口コモ体操」、健康体操 ・月2回、第2・第4金曜日に開催。午後1時30分～
C3	岩崎口コモ体操	誠之会館 ☎52-2629 (麻生)	東金市全域	・「東金市口コモ体操」、健康体操（講師による指導）。 ・月2回、第2木曜日・第4火曜日に開催。午後2時～午後3時。 ・参加費500円/回。
C4	丘山地区	丘山地区コミュニティセンター ☎52-5831 (佐瀬)	丘山地区	・「東金市口コモ体操」、健康体操 ・第3木曜日、午後1時30分～

■まなび・趣味・交流活動

※参加費の記載が無い場合も活動内容により参加費を徴収する場合があります。

No.	名 前	活動場所/電話番号	対応エリア	活動内容
141	福岡地区福祉ネット	福岡地区コミュニティセンター ☎090-5510-7004(片桐)	東金市全域	・カラオケ、麻雀、書道教室、パソコン教室等
142	手話サークルみち	ふれあいセンター ☎52-5198 (東金市社会福祉協議会)	東金市全域	・手話学習。 ・ろう者との交流。
143	セントラルパーク市民の会	八鶴湖及雄蛇ヶ池周辺 ☎50-1158 (東金市都市整備課)	東金市全域	・自然や緑地を保全し、次世代に引き渡していくための活動。 ・ ときがね 鵜ヶ嶺の森公園をPRするイベントの実施。
144	ときがねウォッチング	ときがね湖 ☎52-4009 (鈴木)	東金市全域	・毎月第1火曜日 午前9:30～、ときがね湖の駐車場から、湖を1周しながら自然観察をする。
145	豊成地区ほうきの会	豊成地区忠魂碑周辺 ☎090-4001-3363 (霞)	豊成地区	・豊成地区忠魂碑及び周辺の清掃。 ・毎月第3月曜日実施。
146	NPO御成街道保存会	東金市内(おあし坂、滝古道) ☎52-4104 (西川)	東金市全域	・御成街道の保全、歴史ガイドの育成。 ・春、秋の土日に活動。 ・会費 2,000円/年。
147	東金市郷土研究愛好会	東金市文化財保管庫会議室 ☎090-7811-0417 (吹野)	東金市全域	・郷土の歴史研究。 ・会員相互の研修、交流。 ・機関紙発行。 ・第4土曜日 午後1時30分～午後4時活動。
148	トウガネゼーション	八鶴湖、松之郷周辺 ☎55-6290 (山内)	東金市全域	・八鶴湖弁天島の環境美化活動。 ・花植え、里山散策、観光スポットの見学。 ・原則として土、日曜日に実施、行事により他の曜日あり。 ・中高年者によるコミュニティの活性化で、小さな社会貢献を努めています。

■まなび・趣味・交流活動(つづき)

※参加費の記載が無い場合も活動内容により参加費を徴収する場合があります。

No.	名 前	活動場所/電話番号	対応エリア	活動内容
149	オルデスト	東金中央コミュニティセンター ☎5 5-3 7 7 6 (大沼)	東金市全域	・フランス語初心者向け教室、中級クラス開催。 ・月3回土曜日、午後開催。
150	茶道同好会みやび会	東金中央コミュニティセンター ☎7 2-2 3 4 3 (八角)	東金市全域	・茶道経験者を対象とした薄茶、濃茶の点前や茶事の作法を学ぶ。 ・第2金曜日 午前10時～正午開催。 第4金曜日 午後1時～午後3時開催。
151	墨友会実用書道教室	東金中央コミュニティセンター ☎5 4-3 6 5 0 (篠田)	東金市全域	・書道教室開催。 ・毎月第2、4水曜日開催。 ・実用的な書道の教室です。
152	東金俳句会	東金中央コミュニティセンター ☎5 2-3 1 8 0 (三枝)	東金市全域	・俳句を通しての交流と生涯学習。 ・第1水曜日 午後1時～午後3時30分開催。
153	東金将棋同好会	東金中央コミュニティセンター ☎5 8-5 3 6 0 (小倉)	東金市全域	・将棋の技術向上と交流。 ・第1日曜日、第3土曜日 午後1時～午後5時活動。
154	フラワーアレンジメントサークル「花空間」	東金中央コミュニティセンター、自宅 ☎0 9 0-1 8 0 5-0 3 7 7 (家徳)	東金市全域	・フラワーアレンジメントを通しての交流。 ・東金中央コミュニティセンター 第2木曜日 午後1時30分～午後5時 ・自宅 月1回 月、水、金曜日のいずれか 午前10時～正午
155	東金居合抜刀道同好会	東金中学校武道館 ☎5 2-5 3 3 9 ☎0 9 0-2 2 5 4-2 4 3 4 (東 徳銘)	東金市全域	・居合抜刀道を追求し、心身鍛錬、礼儀尊重を学ぶ。 ・第1～4日曜日 午後6時30分～午後9時30分
156	古典の会	東金図書館 ☎5 2-2 4 6 0 (木村)	東金市全域	・古典文学を朗読、読解し、感想を語り合う。 ・毎月第2、4火曜日 午後2時～午後4時30分活動。

■まなび・趣味・交流活動(つづき)

※参加費の記載が無い場合も活動内容により参加費を徴収する場合があります。

No.	名 前	活動場所/電話番号	対応エリア	活動内容
157	東金読書会	東金中央コミュニティセンター ☎54-3788 (前川)	東金市全域	・毎月課題図書を決めて感想を出し合う。 ・年1回会報誌発行。 ・第3金曜日 午後1時30分～午後3時まで活動。
158	おはなし勉強会 まめの木	カフェルバープ ☎53-2323 (岡部)	東金市全域	・昔話、グリム童話を含めて、世界の民話、創作を語る。 ・年1回おはなし会開催。 ・第1、3月曜日 午後7時～午後9時開催。
159	千葉みすゞ会	カフェルバープ ☎53-2323 (岡部)	東金市全域	・金子みすゞの本を読んだり、感想を出し合う。 ・第3月曜日 午後1時30分～午後3時。 ・第2火曜日 午後4時～午後6時。
160	『城西国際大学「市民未来大学」』	城西国際大学 ☎55-7685	東金市全域	・3つのコース（ヘルスプランナー・語学・趣味教養）から選択し、学び直し・再挑戦を通して人生100年時代を心豊かに楽しく生きることを目指します。
161	パソコン教室	福岡地区コミュニティセンター ☎55-2297 (高橋)	東金市全域	・毎週火曜日 午前9時～正午 ・入会金 1,000 円 ・資料代 500 円/月 ・ノートパソコンを持参できる方
162	清風会（詩吟）	公平地区コミュニティセンター ☎090-6014-3443（宮川）	東金市全域	・詩吟を通じて清々しい一日を！お友達などをお誘いあわせのうえ、見学をしてみませんか？ ・第2,3,4木曜日 午後2時～4時 ・1,500 円/月（運営費、教材費） ・2か月間無料体験あり ・お気軽にお問合せください。

■まなび・趣味・交流活動(つづき)

※参加費の記載が無い場合も活動内容により参加費を徴収する場合があります。

No.	名 前	活動場所/電話番号	対応エリア	活動内容
B12	楽学ハウス「そよかぜ」	大網白里市みどりが丘2-23-20 ☎080-5028-1936	東金市全域	・公民館やご自宅等へ出張で陶芸、書道、手芸等の体験サービスを実施。個人、グループ、サロンなどでの要望に対応可。 ・料金：陶芸500円/人（税別） ※材料費、受講料などすべて込 ・別途要交通費20円/km ・午前6時～深夜0時まで営業（無休） ・ひとときの芸術体験でリフレッシュしてみませんか。 ※詳細はお電話でお問合せください。

■地域のボランティア団体

No.	名 前	活動場所/電話番号	対応エリア	活動内容
163	東金市ボランティア連絡協議会	ふれあいセンター 東金市社会福祉協議会内 ☎52-5198 (東金市社会福祉協議会)	東金市全域	・18 団体(17 団体+個人ボランティア1名)加入。 ・各団体の情報交換、総会、ふれあいパーティ、視察交流会、チャリティ演芸会、ボランティア便り発行(年1回)。
164	東金市ボランティア・市民活動センター	東金市ボランティア・市民活動センター 東金市社会福祉協議会 ☎52-5198	東金市全域	・ボランティアの活動拠点として、ボランティア相談・活動紹介、養成・研修・普及・啓発、情報提供等、ボランティアを応援する。 ・登録グループ75グループ、個人ボランティア23名。 (令和7年1月末現在)

社会福祉協議会

■ 東金市社会福祉協議会

No.	名 前	担当窓口／電話番号 ／活動場所	対象者	サービス内容
165	東金第1地区社会福祉協議会	東金市社会福祉協議会 日吉台西が丘会館 ☎52-5198	上宿区、谷区、日吉台(東・西・南)区	・ふれあい広場 ・敬老会 ・餅つき大会 ・環境美化活動 ・健康体操 ・防犯パトロール等
166	東金第2地区社会福祉協議会	東金市社会福祉協議会 新宿区民会館 ☎52-5198	岩崎区、新宿区	・ふれあい広場 ・子供会新入生歓迎会 ・園児との交流会 ・防犯パトロール等
167	田間地区社会福祉協議会	東金市社会福祉協議会 田間区コミュニティ会館 ☎52-5198	田間地区	・敬老会 ・友愛訪問 ・ふれあい文化展 ・ひとり暮らし高齢者旅行 ・広報紙発行等
168	嶺南地区社会福祉協議会	東金市社会福祉協議会 北之幸谷公民館 ☎52-5198	嶺南地区	・ふれあい広場 ・友愛クラブ ・友愛訪問 ・環境美化活動 ・広報紙発行等
169	城西地区社会福祉協議会	東金市社会福祉協議会 台方公民館 ☎52-5198	城西地区	・お楽しみ会 ・世代間交流 ・施設訪問 ・移動研修 ・広報紙発行等
170	公平地区社会福祉協議会	東金市社会福祉協議会 公平地区コミュニティセンター ☎52-5198	公平地区	・ふれあい広場 ・一声運動ハガキ慰問 ・健康サロン ・友愛訪問 ・環境美化活動等
171	丘山地区社会福祉協議会	東金市社会福祉協議会 丘山地区コミュニティセンター ☎52-5198	丘山地区	・日帰りバスツアー交流会 ・いきいきサロン ・1円玉募金運動 ・敬老祝い品の配付 ・環境美化活動等

■東金市社会福祉協議会(つづき)

No.	名 前	担当窓口／電話番号 ／活動場所	対象者	サービス内容
172	大和地区社会福祉協議会	東金市社会福祉協議会 大和地区コミュニティセンター ☎52-5198	大和地区	・ふれあいスポレク大和祭 ・ふれあい園児発表会 ・ボランティア交流会 ・環境美化活動 ・広報紙発行等
173	正気地区社会福祉協議会	東金市社会福祉協議会 正気地区コミュニティセンター ☎52-5198	正気地区	・ふれあい広場 ・ひとり暮らし高齢者歳末慰問 ・親子料理教室 ・男性料理教室 ・広報紙発行等
174	豊成地区社会福祉協議会	東金市社会福祉協議会 豊成地区コミュニティセンター ☎52-5198	豊成地区	・ふれあい広場 ・すこやか親睦会 ・友愛訪問 ・戦没者追悼式 ・広報紙発行等
175	福岡地区社会福祉協議会	東金市社会福祉協議会 福岡地区コミュニティセンター ☎52-5198	福岡地区	・ふれあいお楽しみ会 ・ひとり暮らし高齢者友愛訪問 ・合同七五三祝い ・合同慰霊祭 ・広報紙発行等
176	源地区社会福祉協議会	東金市社会福祉協議会 源地区コミュニティセンター ☎52-5198	源地区	・ふれあい広場 ・新旧ボランティア交流会 ・思いやり研修会 ・施設訪問 ・環境美化活動 ・広報誌発行等
177	福祉用具貸出サービス	東金市社会福祉協議会 ☎52-5198	市内在住の方で、在宅での生活に福祉用具が必要な方	・在宅での生活に福祉用具が必要な方に福祉用具を貸与する。 ・車椅子、松葉杖。 ・貸し出し期間は原則 3 ヶ月(更新可)。貸出は無料。 ・破損時の修理代は実費負担。
178	ささえあいサービス(友愛訪問)	東金市社会福祉協議会 ☎52-5198	虚弱な一人暮らし高齢者、高齢者夫婦、重度障がい者	・孤独感の解消、見守りを目的とし、毎月2回の友愛訪問を地区社協が行う。

■東金市社会福祉協議会(つづき)

No.	名 前	担当窓口／電話番号	対象者	サービス内容
179	日常生活自立支援事業 (すまいる)	東金市社会福祉協議会 ☎ 5 2 - 5 1 9 8	日常生活を送る上で支援を必要としている高齢者、障がい者	・高齢者や障がい者が地域で自立した生活が送れるよう福祉サービスの利用や日常的な金銭管理を行う。 ・福祉サービス利用援助、金銭管理サービス、財産保全サービス。 ・年会費、利用料が必要。
180	福祉テレホンサービス(電話訪問)	東金市社会福祉協議会 ☎ 5 2 - 5 1 9 8	一人暮らし高齢者(日中一人も含む)	・孤独感の解消、見守りを目的とし、週 1 回電話による声かけをボランティアが行う。
181	心配ごと相談	東金市社会福祉協議会 ☎ 5 2 - 5 1 9 8	市内在住の方	・日常生活の悩み、心配ごとを地域の民生委員が相談を受ける。 ・第 2、第 4 火曜日(祝祭日の場合は翌日) 午後 1 時 30 分～午後 4 時 30 分。 ・相談は無料。 ・場所：ふれあいセンター
182	法律相談	東金市社会福祉協議会 ☎ 5 2 - 5 1 9 8	市内在住の方 (初回の相談のみ。同じ相談内容での申込みは不可)	・弁護士による無料法律相談。 ・毎月第 3 水曜日 午前 10 時～正午 午後 1 時～午後 4 時 ・電話による受付。 相談時間：一人 30 分。
183	福祉カー貸出サービス	東金市社会福祉協議会 ☎ 5 2 - 5 1 9 8	障がい者、高齢者の家族、福祉施設・団体で外出時に福祉車両が必要な方	・スロープタイプ、ストレッチャー対応、助手席シフトタイプ(軽)。 ・原則 1 日。 ・貸出は無料(使用した燃料は補給)。
184	ふれあい移動サービス(自家用有償旅客運送関千福第 42 号)	東金市社会福祉協議会 ☎ 5 2 - 5 1 9 8	要支援・要介護認定を受けている方、障がい者手帳を所持の方	・市民の参加と協力を得て、移動が困難な要支援・要介護者、障がい者の外出を福祉車両を用いてサポートする。 ・利用 7 日前までに申込みが必要。 ・利用時間 午前 9 時～午後 5 時 (年未年始を除く) ・費用(年会費、利用料、運行経費)。 ・要介護者の通院に利用は不可。

公的機関

■ 公的機関（暮らし）

No.	名 前	担当窓口／電話番号	対象者	サービス内容
185	消費生活センター	東金市 商工観光課 「消費生活センター」 ☎ 5 0 - 1 2 3 8	東金市在住の方	・悪徳商法やワンクリック詐欺等のトラブルに対するアドバイスや被害を未然に防ぐための情報提供等、「消費生活相談員」が一緒に考え、問題解決へのお手伝いをする。来所、又は電話相談。 ・(月～金)休祝日、年末年始を除く。午前 10 時～正午。午後 1 時～午後 3 時。
186	住宅用火災報知器取付支援	山武郡市行政組合消防本部予防課 ☎ 5 2 - 8 7 5 4	高齢者、障がい者世帯	・設置困難な高齢者等の自宅に消防職員が訪問して設置の支援を行う。

■ 公的機関（医療・健康）

No.	名 前	担当窓口／電話番号	対象者	サービス内容
187	健康相談・女性の健康相談	東金市 健康増進課 ☎ 5 0 - 1 1 7 4	東金市在住の方	・毎週月曜日 (午前 9 時～午前 11 時) 休祝日にあたる場合は休み。 ・病気の予防、健康についての相談。
	栄養相談			・原則毎月第 1 月曜日 (午前 9 時～午前 11 時) ・栄養、食生活についての相談。
	成人はみがき相談	東金市 健康増進課 ☎ 5 0 - 1 2 3 4		・原則毎月第 4 月曜日 (午前 9 時～午前 11 時) ・歯科についての相談。
188	肺炎球菌感染症の予防接種(定期接種) ※高齢者	東金市 健康増進課 ☎ 5 0 - 1 1 7 3	国が定めた定期接種対象者	・国が定めた対象年齢の方で、接種を希望する方には接種費用の一部を市が助成する。 ・市の負担額 2,000 円。

■ 公的機関（医療・健康）（つづき）

No.	名 前	担当窓口／電話番号	対象者	サービス内容
189	高齢者の季節性インフルエンザ予防接種	東金市 健康増進課 ☎ 5 0 - 1 1 7 3	国が定めた定期接種対象者	・ 接種費用の一部を市が助成する。 ・ 市の負担額 1,500 円。
	新型コロナウイルス感染症予防接種			・ 接種費用の一部を市が助成する。 ・ 市の負担額 10,300 円。
190	人間ドック助成	東金市 国保年金課 ☎ 5 0 - 1 2 5 0	国民健康保険被保険者	・ 疾病の予防、早期発見、早期治療に役立て、被保険者の健康の保持増進を図ることを目的として、短期人間ドックの助成を行う。
		東金市 国保年金課 ☎ 5 0 - 1 1 3 3	75 歳以上	
191	後期高齢者医療制度	東金市 国保年金課 ☎ 5 0 - 1 1 3 3	75 歳以上の方（一定の障害により、広域連合の認定を受けた 65 歳以上）	・ 75 歳以上の方が加入する医療制度。 ・ 都道府県単位の「後期高齢者医療広域連合」が保険証の交付、保険料の賦課、医療給付を行う。 ・ 窓口業務や保険料の徴収は市町村が行う。
192	補装具の申請	東金市 国保年金課 ☎ 5 0 - 1 1 3 3		・ 病院からもらった医師の証明書（治療用装具を必要とする証明書）、補装具の領収書をもって申請。 ・ 審査により認められた場合、補装具の費用の一部の払い戻しが受けられる。
193	限度額適用・標準負担額減額認定証	東金市 国保年金課 ☎ 5 0 - 1 1 3 3	後期高齢者医療被保険者（世帯全員が住民税非課税）の方	・ 対象となる方が申請することにより、限度額適用・標準負担額減額認定証が交付される。 ・ この証明書を入院時に保険証と共に医療機関に提示すると、医療費の限度額が引き下げられる。また、入院時の食事代も軽減される。 ・ 外来診療の限度額適用が可能となる。

■ 公的機関（医療・健康）（つづき）

No.	名 前	担当窓口／電話番号	対象者	サービス内容
194	特定疾病療養受療証	東金市 国保年金課 ☎ 5 0 - 1 1 3 3	厚生労働大臣が指定する特定疾病を治療中の方	・ 新規で受療証を受け取るためには、専用の診断書の提出が必要となります。 ・ 特定疾病による限度額、患者負担は、1 医療機関(入院・外来別)10,000 円/月。
195	軽度生活援助事業	東金市 高齢者支援課 ☎ 5 0 - 1 1 6 5	・ 一人暮らし高齢者 ・ 高齢者のみの世帯	・ 一人暮らし高齢者、高齢者のみの世帯に軽度生活援助員が訪問し、家の掃除、洗濯や庭の除草等を提供する。 ・ 援助に必要な備品等については、ご家庭で使用しているもので構いませんので、ご用意ください。(室内用のぞうきんや洗剤等) ・ 1 時間あたり 500 円(材料費別途)。 ・ 生活保護受給者は無料。 ・ 月 1 回、4 時間まで。

■ 公的機関（高齢者に関連した窓口）

No.	名 前	担当窓口／電話番号	対象者	サービス内容
196	あんしん電話事業	東金市 高齢者支援課 ☎ 5 0 - 1 1 6 5	・市内在住65歳以上の一人暮らしの方 ・市内在住65歳以上のみで構成されている世帯の方 ・市内在住の65歳以上の日中独居世帯の方 ・身体障害者手帳1級・2級の一人暮らしの方 ・身体障害者手帳1級・2級のみの方 ※固定電話が設置されていること又は携帯電話を所有していることが必要。	・急病などの緊急時や健康相談に対応するため、あんしん電話及びペンダント型送信機をレンタルする。 ・緊急事態が発生したときに通報ボタンを押すことにより、受信センターに連絡が入り、緊急度に応じて救急車の要請やあらかじめ登録している協力員に連絡を行う。 ※協力員を依頼することが困難な方は、協力員代行サービスが利用可。 ・利用者負担額（月額） ・生活保護受給世帯の方 0 円 ・市民税所得割が非課税世帯の方 366 円（代行の場合 397 円） ・市民税所得割が課税世帯の方 1,833 円（代行の場合 1,986 円） ・65 歳以上の日中独居世帯の方 3,520 円（代行の場合 3,820 円）
197	はり・きゅう・マッサージ助成	東金市 高齢者支援課 ☎ 5 0 - 1 1 6 5	70 歳以上	・はり、きゅう、マッサージ、あん摩、指圧の施術を受ける際に、費用の一部を助成する。 ・1 回につき 500 円を助成する利用券を 1 枚/月。

■ 公的機関（高齢者に関連した窓口）（つづき）

No.	名 前	担当窓口／電話番号	対象者	サービス内容
198	東金市西部地域 包括支援センタ ー	東上宿 7-2 ☎ 5 3 - 3 0 7 1	・ 東金地区の一 部（※） ・ 公平地区 ・ 丘山地区 ・ 源地区	・ 高齢者の保健・福祉・介護等に関す る総合相談窓口です。 ※東金地区 東金、東上宿、東岩崎、東新宿、 南上宿、田間、田間 1～3 丁目、 台方、大豆谷、日吉台 1～7 丁目、 八坂台 1～5 丁目
	東金市東部地域 包括支援センタ ー	家徳 125-25 ☎ 5 8 - 8 8 7 7	・ 東金地区の一 部（※） ・ 大和地区 ・ 正気地区 ・ 豊成地区 ・ 福岡地区	・ 高齢者の保健・福祉・介護等に関す る総合相談窓口です。 ※東金地区 北之幸谷、堀上、川場、押堀
199	成年後見制度利 用支援事業	東金市 高齢者支援課 ☎ 5 0 - 1 1 6 5	判断能力の低下 により、自身での 財産管理や契約 行為等が困難な 認知症高齢者等	・ 本人や親族による成年後見申立て が困難な場合に、市で申立てを行 う。 ・ 市で申立てを行ったもののうち、本 人の経済状況等により、申立てに 係る費用又は後見人等の報酬の全 部又は一部を助成する。
200	紙おむつ給付事 業	東金市 高齢者支援課 ☎ 5 0 - 1 1 6 5	要介護 3、要介 護 4、要介護 5 認定者、身体障 害者手帳 1・2 級 所持者 ※住民税が非課 税で、市税等 に滞納が無い 方に限る	・ 重度要介護高齢者や障がい等によ り、在宅で紙おむつを利用してい る方の介護者への支援として、ご 自宅に配達する。

■ 公的機関（高齢者に関連した窓口）（つづき）

No.	名 前	担当窓口／電話番号	対象者	サービス内容
B13	認知症高齢者等 見守りシール	東金市 高齢者支援課 ☎ 5 0 - 1 1 6 5	市内在住の認知 症高齢者等の方 で、老人福祉施 設等への入所や 長期入院をして いない次のいず れかに該当して いる方 1 介護保険法に 規定する要介 護者又は要支 援者であって 徘徊行動のあ る方 2 徘徊行動によ り警察に通報 された又は保 護されたこと がある方	・ 認知症高齢者等が行方不明になっ た際に活用できる見守りシール （家族や介護者が登録した認知症 の方の情報を携帯電話などで読み 取ることができる QR コードが印 字されたシール）を配付します。 ・ 見守りシールを受け取るには、申請 （登録）が必要です。 ・ 下記の 1 及び 2 を高齢者支援課に ご提出ください。 1 東金市認知症高齢者等見守りシ ール給付申請書 2 見守りシール（どこシル伝言板） 登録シート ※申請書及び登録シートは東金市 ホームページよりダウンロード できます。 ・ ご提出の際は、介護保険証及び認知 症の疾患のわかる書類（お持ちの 方）をご持参ください。

生活支援サービスガイド（2.04 版）

令和元年 10 月発行（令和 7 年 4 月修正）

発行元

東金市市民福祉部 高齢者支援課

〒283-8511 東金市東岩崎 1 番地 1

電話：0475(50)1165

FAX：0475(50)1295

制作協力

社会福祉法人東金市社会福祉協議会

〒283-0005 東金市田間三丁目 9 番地 1

東金市保健福祉センター（ふれあいセンター）2 階

電話：0475(52)5198

FAX：0475(52)8227

※掲載内容に修正がある場合は、東金市社会福祉協議会にご連絡ください。

