

高齢者のための各種福祉サービス一覧（共通版） （令和6年3月現在）

1	配食サービス	P1～2
2	外出援助	P3
3	買い物支援	P4
4	生活援助・身体介護・家事援助	P5～6
5	緊急時の通報	P7

●介護保険に関するサービス給付以外を対象に、掲載に承諾をいただいた福祉サービスについてご紹介しています。
内容については随時改訂をしていきますが、ご利用前に各事業主体への確認をお願いいたします。＜最終更新R6.3.31＞

南部箕蚊屋広域連合

配食サービス

サービスの名称 ＜実施主体＞	住所・電話・FAX	内容	利用料
ウェルネスダイニング（株）	東京都墨田区錦糸1丁目2-1 アルカセントラル6階（本社） TEL 0120-503-999【通話料無料】 FAX 03-6807-0275	<ul style="list-style-type: none"> •電話でもインターネットでも注文可 •日曜・祝日を除く 9：30～18：00 •注文後、1週間前後で到着（クール冷凍便での配送） •1食分ずつ冷凍してお届け •管理栄養士監修の献立 •多彩なメニューがある •賞味期限は冷凍で3か月以上 	<p>＜配達料＞ 700円/回（定期購入の場合350円/回）※初回配達料は無料</p> <p>＜価格＞※こちらの情報は税別表記です。</p> <p>①柔らかさを3段階に分けた食事コース 〔やわらか宅配食2種〕 7食…4,600～5,200円 14食…9,100～9,900円 21食…13,500～14,800円 〔ムースやわらか宅配食〕 3食…1,500円 7食…5,200円 14食…9,900円 21食…14,800円</p> <p>②糖質&カロリー制限気配り宅配食 7食…4,500円 14食…8,800円 21食…13,000円</p> <p>③塩分制限気配り宅配食 7食…4,500円 14食…8,800円 21食…13,000円</p> <p>④たんぱく質&塩分調整気配り宅配食 7食…4,800円 14食…9,400円 21食…13,900円</p> <p>⑤糖質制限気配り宅配食 7食…4,500円 14食…8,800円 21食…13,000円</p> <p>⑥健康応援気配り宅配食 7食…4,300円 14食…8,500円 21食…12,600円</p> <p>⑦栄養バランス気配り宅配食 7食…4,600円 14食…9,100円 21食…13,500円</p>
健康弁当まつした ＜㈱まつした＞	米子市流通町25-13 TEL 39-3111 FAX 27-6688	<ul style="list-style-type: none"> •昼・夕食宅配（日・祝日配達是要相談） <p>＜高齢者向け弁当＞</p> <p>①愛情弁当 減塩、和食中心。 〔普通食〕低カロリー（500kcal以下） 前日12:00までに注文 ※おかゆ、軟飯、禁食、刻み食希望にも対応可。 ※声掛け、手渡しが原則。希望者には安否確認を行なう。 （緊急連絡先へ連絡）</p> <p>＜その他、一般利用者向け弁当＞</p> <p>②レギュラーランチ・スペシャルランチ ③健美膳 健康米（主に雑穀米を使用）。平均600kcal。 ④定番弁当</p>	<p>＜価格＞</p> <p>①愛情弁当 おかずのみ 460円 おかず+ご飯 540円 ※特食対応の場合プラス50円</p> <p>②レギュラーランチ・スペシャルランチ おかずのみ 370～420円 おかず+ご飯 450～500円 おかず+ご飯（大盛） 500～550円</p> <p>③健美膳 おかず+ご飯 500円</p> <p>④定番弁当（エビフライ弁当など） 800円～1,000円</p>
タイハイファミリーセット ＜タイハイ㈱＞	東京都江戸川区松江7-8-10 TEL 0120-996-181【通話料無料】	<ul style="list-style-type: none"> •お電話またはインターネット注文 インターネット注文のみ（代引き・クレジット決済）選択可能 クール冷凍便での配送。5.7.14食のセット販売。 <p>①ヘルシー御膳（エネルギー・塩分調整） ※ヘルシー御膳は、消費者庁「食事療法用宅配食品等栄養指針」に基づいた栄養管理を行っている。</p> <p>②たんぱく調整食（たんぱく質、塩分調整） ③たのしみ御膳（一般向け） ④ソフト御膳（噛む力、飲み込む力が弱い人向け） ⑤糖質少なめセット（糖質が気になる人向け）</p>	<p>＜送料＞※クロネコヤマトクール便にて全国配送 935円（税込）/回 5,400円以上（税込）の注文または、定期・継続購入で送料無料。</p> <p>＜価格＞※こちらの情報は税込表記です。</p> <p>①ヘルシー御膳 〔おかずA、Bコース〕 5食…3,880円 7食…5,350円 14食…10,400円 〔おかず24個入りA～Hセット〕 17,700円（送料込） 〔主食付き〕 5食…4,550円 7食…6,380円 14食…12,700円 〔主食付き24個入りA、Bセット〕 21,700円（送料込）</p> <p>②たんぱく調整食 5食…3,200円 7食…4,480円 14食…7,400円</p> <p>③たのしみ御膳</p>

			<p>5食…4,250円 7食…5,850円 14食…11,700円</p> <p>④ソフト御膳 〔やわらか食〕 5食…3,780円 7食…5,200円 14食…10,400円 〔やわらか食36個入りA～Dセット〕 26,600円 〔ムース食〕 5食…3,650円 7食…4,980円 14食…9,880円 〔ムース食36個入りA～Dセット〕 25,400円 〔朝食36個入りA、Bセット〕 23,500円</p> <p>⑤糖質少なめセット 7食…5,350円</p>
<p>鳥取県生活協同組合 〔夕食宅配事業〕 コープきっちん</p>	<p>米子市淀江町今津123-9（鳥取県生協協 同組合・西部支所）</p> <p>【通話料無料】 TEL 0800-200-3451</p>	<p>・組合に加入が必要（出資金1,000円～） ※出資金は原則、脱退時に全額返還される。</p> <p><宅配について> 夕食宅配（月～金） 平日9:00～16:00（土日祝・お盆・年末年始・GWは除く） ・おかずコース（5種類） ・お弁当コース（2種類） ※毎週（水）までの注文で、翌週（月）から配達。</p> <p>基本、5日間セットでの注文。 ※①恵コース、②彩コース、⑦和コースのみ3日以上から注文可。</p> <p>毎日17:00頃までに冷蔵で届く。 管理栄養士が5日間の栄養バランスを考慮。減塩。低カロリー。</p> <p>※鳥取県内各市町村と「見守り活動に関する協定」を締結している。</p>	<p>※組合加入前に、2週間のお試し利用ができる。 （この期間は現金でのお支払いが必要。）</p> <p><価格>※こちらの情報は税込表記です。</p> <p>①恵コース（おかず6品） 5食…3,002円</p> <p>②彩コース（おかず8品） 5食…3,450円</p> <p>③手鞠コース（おかず4品） 5食…2,700円</p> <p>④まごころダブルコース（おかず5品） 5食…3,780円</p> <p>⑤御膳コース（ごはん+おかず4品） 5食…3,240円</p> <p>⑥おかずコース（おかず5品） 5食…3,375円</p> <p>⑦和コース（ごはん+おかず5品） 5食…3,002円</p>

外出援助

サービスの名称 ＜実施主体＞	住所・電話・FAX	内容	利用料
福祉タクシーなんぶ	南部町天萬369 TEL 64-2430 (FAX兼)	<ul style="list-style-type: none"> ・7:00~18:00 (日曜日、祝日除く) ※時間外・休業日での対応も相談にて可 (事前予約) ・小型、車椅子、リクライニング車椅子対応あり 	免許返納者1割引。 ＜乗車時、運転経歴証明書を最初に提示する＞
皆生タクシー (高島屋前配車センター)	米子市旗ヶ崎2207 TEL 33-4331 FAX 35-3712	<ul style="list-style-type: none"> ・24時間受付可 ※予約制 ・福祉車両 (寝台車・車椅子兼用、車椅子対応可) ストレッチャー、リクライニング車椅子あり (福祉タクシー) ※伯耆町、南部町の方は米子市行きもしくは米子市から帰宅される場合のみ利用可 	免許返納者1割引 ＜乗車時、運転経歴証明書を最初に提示する＞
福祉介護タクシーサポートきずな	米子市両三柳5041-1 TEL 21-5878 TEL 080-3528-8448 (緊急対応用)	<ul style="list-style-type: none"> ・福祉・介護タクシー ・7:30~16:30 (土・日・祝を除く) ※救急搬送後にご帰宅される場合、16:30以降のご予約も受け付けています。 ※事前相談により、営業日以外・時間外の依頼にも対応可。 	料金詳細は利用の都度説明があります。 ＜参考＞ <ol style="list-style-type: none"> 1. 福祉車両基本料：2,000円/片道 (例：メーター運賃+2,000円) 2. ストレッチャー利用料：2,000円/片道 3. リクライニング椅子貸出料：無料 4. ベッドから椅子・椅子からベッドへの移乗：無料 5. 町村発行の【利用券】が使用できます。 6. 土日祝日・休日加算：都度相談

買物支援

サービスの名称 ＜実施主体＞	住所・電話・FAX	内容	利用料
グリーンコープ 生活協同組合とっとり	米子市観音寺新町3-5-5 TEL 34-6661 FAX 22-5599	<ul style="list-style-type: none"> ・毎週配布される「商品案内」を見て、商品を注文する ・毎週決まった曜日、場所に商品が届く ・月～金 9：00～18：00（年末年始を除く） ＜注文方法＞ ①インターネット、②LINE、③注文用紙、④スマホアプリ ※組合に加入が必要（出資金1,000円～3,000円） 出資金は原則、脱退時に全額返還される	配達料 ＜班配＞3人以上集まれば配達料無料＋全品3%割引（一部対象外あり） ＜個配＞880円（税込） ＜ペア配＞2人だから始めやすい。配達料無料。どちらか1人が1カ月以上利用なしの場合、手数料掛かる。
鳥取県生活協同組合 〔共同購入・個配事業〕	米子市淀江町今津123-9 （鳥取県生協協同組合・西部支所） TEL 0120-225-196	<ul style="list-style-type: none"> ・毎週配布されるカタログを見て、商品を注文する ・毎週決まった曜日、場所に商品が届く ＜注文方法＞ 注文書、インターネット、電話0120-225-197、FAX0120-225-198 ※組合に加入が必要（出資金1,000円以上） 出資金は原則、脱退時に全額返還される ※鳥取県内各市町村と見守り活動協定を締結している	配達料 ＜班配＞3人以上集まれば配達料無料 ＜個配＞通常：1回あたり137円～275円（税込） 65歳以上：1回あたり137円（税込） ＜ペア配＞2人で利用 通常：1回あたり69円～137円（税込） 65歳以上：1回あたり69円（税込）
ネットスーパーマルイ宅配便 ＜(株)マルイ＞	TEL 0120-93-1701 【通話料無料】 ＜受付時間＞ 24H	会員登録が必要（登録料、年会費無料） ＜注文方法＞ インターネット・スマートフォン ★カタログあり ＜配達時間＞ 14:00～16:00、16:00～18:00、18:00～20:00、19:00～21:00 ※朝10:00までの注文で、当日17:00までにお届け。 10:00～17:00までの注文で、翌日全ての便で配達可。	配達料：5,000円以上の買い物…配達無料 5,000円未満の買い物…330円（税込） 2,000円未満の買い物…880円（税込）

生活援助・身体介護・家事援助

サービスの名称 ＜実施主体＞	住所・電話・FAX	内容	利用料
NPO地域福祉ネット まちなかサービス	米子市糀町1-10 TEL 22-2703	<p>＜問い合わせ受付時間＞ 10：00～15：00（月～金曜日） ※対応できる支援員については、要相談</p> <p>・サービス例 屋内…掃除・整理整頓、電球交換、料理、洗濯、話し相手、衣類の補修、灯油の給油、ゴミだし（重たいもの）、窓ふき等 屋外…買い物代行、草取り・剪定、雪かき（朝）、墓掃除 外出付添・受診同行、簡単な家の補修等</p>	料金詳細はお問い合わせください。
有限会社ケアサービス米子 人材紹介部	米子市両三柳267（本社） TEL 33-3459 FAX 22-3951	<p>＜問い合わせ受付時間＞ 月～土曜日 8：30～17：30受付（要相談）</p> <p>・サービス例 食事の準備及び片付け、洗濯及び衣類等の補修、話し相手等、生活必需品の買い物（同行時のタクシー代は自己負担）</p>	<p>※手数料込 【登録手数料】1,000円（半年毎に更新） 【紹介手数料】利用料金総額の15%</p> <p>【1日利用の場合】（休憩時間有） 日勤（9時～18時） 6,800円 夜勤（18時～9時） 8,800円</p> <p>【時間利用の場合】 パート（8～18時の間） 1,000円/時間 ※上記以外の時間は、25%増し料金。</p> <p>※その他 お盆・年末年始は、2,000円増し料金。</p> <p>【交通費】20円/km ※公共交通機関を利用の場合は、実費。</p>
（有）新生ケア・サービス 看護師・家政婦紹介所	米子市熊党200-1 TEL 27-1439	<p>・介護保険適用外の家事手伝い紹介 ぞうきんがけ、ペットの世話、薬の受け取り、ゴミ出し、洗濯、掃除等</p>	料金詳細はお問い合わせください。
ニチイライフ ＜㈱ニチイ学館＞	米子市加茂町2-113 加茂町ビル2F （ニチイケアセンター米子） TEL 37-6235 TEL 0120-212-295 年中無休24時間	<p>【生活支援サービス】 ・介護保険適用外の家事手伝い紹介及び困りごとに対応するサービス 掃除、洗濯、買い物、調理、整理整頓、通院同行、入退院時の準備、入院中の世話 等</p>	<p>※こちらの情報は税込表記です。</p> <p>・スポットプラン（その都度契約） 5,500円/1時間 延長30分毎1,320円 ・定期プラン（月1回以上） 3,630円/1時間 延長30分毎1,320円 ・定期プラン（週1回以上） 2,860円/1時間 延長30分毎1,320円</p> <p>※その他、様々なプランがあるので、要相談。</p>

<p>生活支援隊 <真誠会グループ> <(有)メディカルフロンティア></p>	<p>米子市河崎611-6 TEL 24-4652</p>	<p><問い合わせ受付時間> 9:00~18:00(平日) ・おむつ、リハビリパンツ、パッドの宅配 ・暮らしのお手伝い 清掃・ゴミ処理・草刈・庭木剪定・見守り確認支援 等</p> <p>※対象エリア、サービス内容について要相談</p>	<p>料金詳細はお問い合わせください。</p>
<p>鳥取県生活協同組合 【生活支援の取り組み】 暮らしサポート総合窓口</p>	<p>米子市米原5丁目3-20 (ココステーション米原) TEL 090-3172-1432 21-0092 <問い合わせ受付時間> 9:00~17:00(月~金曜日)</p>	<p>・『暮らし助け合いの会』は組合員同士の暮らしのささえあい活動。 会の趣旨に賛同し、会員登録した会員同士が有償で家事などの援助を行う。 ※鳥取県生協組合員世帯なら誰でも無料で参加(会員登録)できる。</p> <p>※組合に加入が必要(出資金1,000円~)。 出資金は原則、脱退時に全額返還される。 ※必ずしも活動側に回れなくとも利用可。</p> <p><対応内容> 家事応援(洗濯、調理、掃除、買い物代行、ゴミ出し等) その他(庭木剪定、病院の付き添い、草取り、ペットの世話等)</p>	<p>利用料金: 1時間1,000円 時間外+200円 屋外作業+200円</p> <p>※時間外: 土日祝、平日17:00~午前8:00</p> <p>※別途活動会員の交通費が必要。20円/km。</p> <p>対応エリア、料金詳細はお問い合わせください。</p>
<p>株式会社 丸合 【タクシー特割サービス】</p>	<p>丸合全店 ※西伯店は未実施</p>	<p>・買い物金額による、タクシーチケットの発行サービス ・サービスカウンター、又はレジ係にて受付</p> <p><受付時間> 9:00~20:00</p>	<p><3,000円以上(税込)の買い物> タクシーチケット300円分引き換え</p> <p><5,000円以上(税込)の買い物> タクシーチケット500円分引き換え</p>
<p>わたしの看護婦さん <N.K.Cナーシングコアコーポレーション合同会社></p>	<p>米子市上後藤2丁目6-14 TEL 30-4856 03-6811-7483</p>	<p>・介護保険適用外サービス</p> <p><受付時間> 9:00~16:30(平日)</p> <p><サービス内容> ①病院・外出付き添いサービス ②訪問サービス ③電話訪問サービス 等</p>	<p>料金の詳細は、電話かwebでお問い合わせください。</p>

緊急時の通報

サービスの名称 ＜実施主体＞	住所・電話・FAX	内容	利用料
セコム・ホームセキュリティ ＜セコム㈱＞	米子市西福原2-1-1（米子支社） TEL 33-6910 TEL 0120-756-892	<p>＜受付時間＞ 9：00～18：00（年末年始を除く）</p> <p>・親の見守りプラン （セコム・ホームセキュリティスマートNEO）</p> <p>【基本サービス】 在宅時の防犯 外出時の防犯 火災監視サービス 非常通報サービス</p> <p>【オプションサービス】 ガス漏れ監視サービス 救急通報サービス 安否見守りサービス</p>	<p>セコム・ホームセキュリティスマートNEO</p> <p>◆機器レンタルパックの場合</p> <p>月額料金：5,060円（税込） 工事料：48,400円（税込） 保証金：20,000円（非課税）※契約満了時返却</p> <p>◆機器買い取りの場合</p> <p>月額料金：3,410円（税込） 買取システム料：219,890円（税込） ※設置機器の個数・建物構造・設置状況によって、料金は異なります。 ※取付工事料は、買取システム料金に含まれます。</p>
HOME ALSOK ＜総合警備保障㈱＞	米子市東福原1-5-16 鳥取西部農協ビル TEL 35-0321 FAX 32-6715 東京都港区元赤坂1-6-6（本社） TEL 0120-39-2413	<p>①みまもりサポート もしものときの「駆けつけ」、ちょっとした体調に関する「相談」 24時間可能。</p> <p>②アルボeye カメラを通して自宅内を見ることが出来る。在宅の方と音声で通話可能。</p>	<p>料金詳細はお問い合わせください。</p>
あんしんハローライトプラン ＜ヤマト運輸㈱＞	TEL 0120-862-220 ＜問い合わせ受付時間＞ 9：00～18：00（年中無休）	<p>クロネコ見守りサービス（あんしんハローライト訪問プラン） 電球と通信機能が一体となった「ハローライト」に電球を交換し、 点灯/消灯を24時間計測し見守りする。 前日朝9：00～当日朝8：59の中で点灯/消灯の動きがない場合、 メールで通知。訪問できない場合、ヤマト運輸のスタッフが代わりに 訪問するサービス。</p>	<p>初期費用 0円 電球代 無料 月額1,078円（税込） 詳細はお問い合わせください。</p>