

高齢者のための各種福祉サービス一覧（共通版） （令和8年4月現在）

1	配食サービス	P1～2
2	外出援助	P3
3	買物支援	P3
4	生活援助・身体介護・家事援助	P4～5
5	緊急時の通報	P5
6	家族介護の交流・支援	P6

●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R8.4.30＞

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	・電話でもインターネットでも注文可 ・土曜・日曜・祝日を除く 9:30～13:00 14:00～18:00 ・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	＜配達料＞ 880円/回（定期購入の場合440円/回）※初回配達料は無料 ＜価格＞※こちらの情報は税別表示です。 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…4,900円～5,500円 14食…9,500円～10,300円 21食…13,900円～15,200円 〔ムースやわらか宅配食〕 7食…5,500円 14食…10,300円 21食…15,200円 ②糖質＆カロリー制限気配り宅配食 7食…4,700円 14食…9,200円 21食…13,400円 ③塩分制限気配り宅配食 7食…4,650円 14食…9,200円 21食…13,400円 ④たんぱく質＆塩分調整気配り宅配食 7食…4,950円 14食…9,800円 21食…13,400円 ⑤栄養バランス気配り宅配食 7食…4,500円 14食…8,900円 21食…13,000円 ⑥厳選栄養バランス気配り宅配食 7食…4,900円 14食…9,500円 21食…13,900円 ⑦健康サポート宅配食（フレイル予防食） 7食…5,900円 14食…11,200円 21食…16,900円
健康弁当まつした ＜働まつした＞	米子市流通町25-13 TEL 39-3111 FAX 27-6688	・昼・夕食宅配（日・祝日無し） ＜高齢者向け弁当＞ ①愛情弁当 和食中心。 〔普通食〕低カロリー（500kcal前後） 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） ＜その他、一般利用者向け弁当＞ 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。	＜価格＞ ①愛情弁当 おかずのみ 480円 おかず＋ご飯 560円 ②レギュラーランチ おかずのみ 410円 おかず＋ご飯 500円 ③健美膳 おかず＋ご飯 550円

タイハイファミリーセット ＜タイハイ備＞	東京都江戸川区松江7-8-10 TEL 0120-996-181【通話料無料】 FAX 03-3651-8355	・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。 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。 ②たんばく調整食（たんばく質、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）	＜送料＞※クロネコヤマトクール便にて全国配送 979円（税込）/回 定期・継続購入で送料無料。 ＜価格＞※こちらの情報は税込表記です。 ①ヘルシー御膳 〔おかずのみコース〕 5食…4,180円 7食…5,780円 14食…11,250円 〔おかず24個入セット〕 19,200円（送料込） 〔主食付き〕 5食…4,900円 7食…6,850円 14食…13,650円 〔主食付き24個入りセット〕 23,300円（送料込） ②たんばく調整食 5食…3,280円 7食…4,600円 14食…7,630円 ③たのしみ御膳 5食…4,580円 7食…6,310円 14食…12,630円 ④ソフト御膳 〔やわらか食〕 5食…4,080円 7食…5,620円 14食…11,230円 〔やわらか食36個入り〕 28,700円 〔ムース食〕 7食…5,000円 〔ムース食36個入り〕 27,600円 ⑤糖質少なめセット 7食…5,780円
真誠会のお食事宅配	米子市河崎611-6 TEL 24-4652 FAX 30-3755	365日昼食、夕食を宅配 宅配エリア：米子市、境港市、日吉津村、南部町 一般食・特別食（550kcal、塩分2g程度）	一般食ごはん付き 600円 一般食おかずのみ 550円 特別食ごはん付き 700円 特別食おかずのみ 650円
鳥取県生活協同組合 〔夕食宅配事業〕 コープきっちん	米子市淀江町今津123-9（鳥取県生 活協同組合・西部支部） 【通話料無料】 TEL 0800-200-3451	・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。 ＜宅配について＞ 夕食宅配（月～金） ・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。 基本、5日間セット（1週間単位）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。 毎日17:00頃までに冷蔵で届く。 栄養士が5日間の栄養バランスを考慮。塩分・カロリー控えめ。 ※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。	※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。） ＜価格＞※こちらの情報は税込表記です。 ①恵コース（おかず6品） 5食…3,229円 ②彩コース（おかず8品） 5食…3,677円 ③手鞠コース（おかず4品） 5食…2,835円 ④まごころダブルコース（おかず5品） 5食…3,780円 ⑤御膳コース（ごはん+おかず4品） 5食…3,240円 ⑥おかずコース（おかず5品） 5食…3,375円 ⑦和コース（ごはん+おかず5品） 5食…3,229円
配食サービス ＜岡商店＞	南部町阿賀323番地 TEL 66-3311 FAX 66-5318	・申込方法 電話またはFAX ・配達時間 昼食9:00～12:30 夕食14:00～17:00 ・普通食、ムース食、カロリー調整食、たんばく調整食の取り揃え ・アレルギー、おかゆ、きざみの対応可	・普通食（1食） ごはん 680円 おかずのみ 600円 ・ムース食（1食） おかゆ付 730円 おかずのみ 650円 ・カロリー調整食（1食） ごはん付き 830円 おかずのみ 750円 ・たんばく調整食（1食） ごはん付き 880円 おかずのみ 800円

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)	7:30~18:00 (日曜日除く) ※時間外・休業日での対応も相談にて可 小型、車椅子、リクライニング車椅子対応あり ※介護職員初任者研修修了者が運転	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	・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すな	米子市両三柳5041-1 TEL 21-5878 TEL 080-3528-8448 (緊急対応用)	・福祉・介護タクシー ・7:30~16:30 (土・日・祝を除く) ※救急搬送後に帰宅される場合、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＞ 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	・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 ・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 鳥取県生活協同組合(西部支所) TEL 0120-225-196 FAX 0858-85-6101	・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、スマホアプリ、電話、FAX ※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137円(税込) 65歳以上: 1回あたり69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	米子市鞆町1-10 TEL 22-2703 FAX 22-2703	＜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 ・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、 屋外…買い物代行、草取り、墓掃除 外出付添・受診同行、簡単な家の補修等	1時間1,000円～（＋交通費300円） 料金詳細はお問い合わせください。 交通費は米子市以外の場合500円。 事前登録が必要（登録料1,000円）。
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	＜問い合わせ受付時間＞ 月～土曜日 8：30～17：30受付（要相談） ・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（同時時のタクシー代は自己負担）	※手数料込 【登録手数料】2,000円（半年毎に更新） 【紹介手数料】利用料金総額の20％ 【1日利用の場合】（休息時間有） 日勤（9時～18時） 9,600円 夜勤（18時～9時） 12,000円 【時間利用の場合】 パート（8～18時の間） 1,400円/時間 ※上記以外の時間は、25％増し料金。 ※その他 お盆・年末年始は、25％増し料金。 【交通費】30円/km ※公共交通機関を利用の場合は、実費。
（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	・介護保険適用外の家事手伝い紹介 そうきんがけ、ペットの世話、薬の受け取り、ゴミ出し、洗濯、掃除等	料金詳細はお問い合わせください。
生活支援隊 ＜真誠会グループ＞ ＜有＞メディカルフロンティア＞	米子市河崎611-6 TEL 24-4652 FAX 30-3755	＜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 ※対象エリア、サービス内容について要相談	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
鳥取県生活協同組合 〔生活支援の取り組み〕 くらし助け合いの会	鳥取市河原町布袋597-1 TEL 090-3172-1432 FAX 0858-85-0013 ＜問い合わせ受付時間＞ 9：00～17：00（月～金曜日）	・『くらし助け合いの会』は組合員同士のく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。 ※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。 ＜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）	利用料金： 1時間1,000円 時間外＋200円 屋外作業＋200円 ※時間外：土日祝、平日17：00～午前8：00 ※別途活動会員の交通費が必要。20円/km。 対応エリア、料金詳細はお問い合わせください。

株式会社 丸合 【タクシー特約サービス】	丸合全店 ※西伯店は未実施	・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 <受付時間> 9:00～20:00	<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 <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
わたしの看護師さん ＜N.K.Cナーシングコアコーポレーション合同会社＞	米子市西町90 TEL 30-4856 03-6811-7483 FAX 0859-21-7147	・介護保険適用外サービス <受付時間> 9:00～16:30（平日） <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	料金の詳細は、電話かwebでお問い合わせください。
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 FAX 0859-33-6920	<受付時間> 9:00～18:00（年末年始を除く） ・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） 【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 【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	セコム・ホームセキュリティスマートNEO ◆機器レンタルパックの場合 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 ◆機器買い取りの場合 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。
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	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。 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。	料金詳細はお問い合わせください。
あんしんハローライトプラン ＜ヤマト運輸㈱＞	TEL 0120-862-220 FAX 0859-34-6851 ＜問い合わせ受付時間> 9:00～18:00（年中無休）	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。	初期費用 0円 電球代 無料 月額1,738円（税込） 詳細はお問い合わせください。

家族介護の交流・支援

サービスの名称 ＜実施主体＞	住所・電話・FAX	内容	利用料
電話相談 ＜鳥取県認知症コールセンター＞ ＜鳥取県若年認知症サポートセンター＞ ＜認知症のひとと家族の会鳥取県支部＞	米子市鞆町1丁目10 わだや小路内 TEL 37-6611	認知症、介護保険、介護の問題、介護家族の悩みなど、相談に応じます。 ・相談時間 月～金 10:00～17:30 (土・日・祝日は「家族の会・電話相談」で携帯転送で対応します。)	無料
認知症なんでも相談 ＜鳥取県認知症コールセンター＞ ＜鳥取県若年認知症サポートセンター＞ ＜認知症のひとと家族の会鳥取県支部＞	米子市鞆町1丁目10 わだや小路内 TEL 37-6611	LINE公式アカウント「認知症なんでも相談」で、認知症、介護保険、介護の問題、介護家族の悩みなどを相談することができます。 ※相談者・相談内容とも個人情報厳守されています。 下記のQRコードを読み取って「友だち」になって相談してください。 	無料
がんカフェ ＜（公社）鳥取県看護協会＞	米子市角盤町3丁目82 YORAIYA角盤 TEL 0857-29-8100（代表） FAX 0857-29-8102	がんと向き合う方々が、お茶を飲みながら、ゆったりとした雰囲気の中で自由に談話していただく場 ＜日時＞ 毎月第1・3水曜日 13:30～15:30 ※変更になることがあるので、事前に要問合せ。	無料 (お飲み物を注文される方は300円)