

## 三郷市

高齢者の暮らし ちょっとお手伝いガイド  
(在宅生活を支えるインフォーマルサポート一覧)



令和4年5月

三郷市長寿いきがい課

(福) 三郷市社会福祉協議会

## [ 目次 ]

1. はじめに .....	1
2. 生活支援コーディネーターの紹介 .....	1
3. 在宅生活を支える様々なサポート(サポート内容) .....	2
①配食(高齢者向け) .....	2
②調理 .....	5
③掃除・洗濯 .....	8
④買い物／店舗購入品の配送、移動販売、買い物代行、生協、ネットスーパー .....	12
⑤ゴミ出し／一般ゴミ、粗大ゴミ・家財処分 .....	17
⑥外出同行(送迎を伴わないもの) .....	20
⑦送迎／一般タクシー、介護タクシー、その他送迎サポート .....	23
⑧見守り・声掛け／訪問・電話、人感センサー、GPS .....	26
4. 相談窓口 .....	33

## 1. はじめに

この「高齢者の暮らし ちょっとお手伝いガイド(在宅生活を支えるインフォーマルサポート一覧)」は、三郷市で安心して暮らしていく為に、高齢者の在宅生活を支えるインフォーマルサポート(介護保険外サービス)情報をまとめたものです。地域で暮らす高齢者やその支援者が”ちょっと手伝ってほしい”という時の参考としてお役立ていただけるほか、地域の社会資源を把握することで、地域に必要な支援を見つけ、新たな支援の創出につなげることを目的として作成しています。

≪掲載情報(50音順)≫

- 高齢者を主な対象とした民間事業者(営利活動含む)によるサービス情報
- 住民やボランティアによる支え合い活動の情報

※サービス内容や費用・利用方法など詳しくは直接事業者等にお問合せください。

## 2. 生活支援コーディネーターの紹介

### あなたの生活に寄り添う「生活支援コーディネーター」とは？

いつまでも安心して暮らし続けるためには、制度では埋めることができない地域のつながりも不可欠です。住民が日常生活で困っていることは何か、地域にどのような支え合いの仕組みがあるのか、住民が集える場所があるのかなど、様々な情報を集め、活動の相談や地域の人たちへ情報提供することで、住民の皆さんと一緒に地域づくりを行います。地域の支え合い活動やサービスに関する情報等がございましたらご提供ください。

- 地域の困りごとを住民の皆さんと話し合い
- 仲間づくりのお手伝い
- 支え合い活動や集いの場など地域の活動を紹介
- 新たな活動を応援

社会福祉法人三郷市社会福祉協議会(第1層生活支援コーディネーター)

☎ 048-953-4191 / FAX 048-953-4192 / メール info@misato-syakyo.or.jp

〒341-0041 埼玉県三郷市花和田 638-1 三郷市健康福祉会館 5階



### 3. 在宅生活を支える様々なサポート(サポート内容)

#### ①配食(高齢者向け)

「配食」のうち、栄養制限や咀嚼に不安のあるかたでもご利用いただける高齢者向けの「配食」について掲載しています。また、「配食」と合わせて、服薬確認、簡単なお手伝い(電球の取替など)、安否確認などを実施している場合もあります。なお、市で実施する「見守り配食サービス」を利用できるかたは限定されており、地域包括支援センターを通じて申請が必要となります。

事業者/連絡先	サポート名/内容	利用料(税込)	メニュー	対象者	備考
<b>【生活協同組合コープみらい】</b> さいたま市南区根岸 1-5-5 電話：0120-502-160	<b>【デイリーコープ】</b> 弁当、ミールキットの配達 (月～金曜日、週3日～)	日替わり弁当 577 円から 配達料 0 円	日替わり弁当 エネルギー塩分調整食 ミールキット	組合員	<ul style="list-style-type: none"> <li>●コープみらいの組合員でない方は、コープみらいへご加入が必要です(出資金500円をお預かりしますが、脱退時は返金します)。</li> <li>●配達時の情報を、離れて暮らすご親族などへメールでお知らせする「お届け確認メールサービス」を無料でご利用いただけます(要登録)。</li> </ul>
<b>【宅配クック 123 東埼玉店】</b> 八潮市八潮 3-12-21 電話：048-997-5011	<b>【宅配クック 123】</b> 昼食又は夕食の配達、利用者の安否確認	普通食 597 円(540 円) 健康ボリューム食 660 円(606 円) カロリー・塩分調整食 820 円(777 円) たんぱく・塩分調整食 820 円(777 円) 透析食 820 円(777 円) やわらか食 820 円(777 円) ムース食 820 円(777 円) 消化に易しい食 820 円(777 円) ※括弧内おかずのみ	普通食 健康ボリューム食 カロリー・塩分調整食 たんぱく・塩分調整食 透析食 やわらか食 ムース食 消化に易しい食	三郷市内全域	<ul style="list-style-type: none"> <li>・1食から注文可能</li> <li>・ご注文やキャンセルは前日18時までにご連絡ください。</li> <li>・お弁当は昼食は12時まで、夕食は18時までお届け致します。</li> <li>・曜日ごとの注文も可能です。</li> </ul>
<b>【配食のふれ愛 三郷本店】</b> 三郷市早稲田 2-16-1 電話：048-949-6932	<b>【配食のふれ愛 三郷本店】</b> 昼食又は夕食の配達、利用者の安否確認	普通食 540 円 普通食(小町) 399 円 普通食(小町大) 442 円 カロリー調整食 810 円 たんぱく調整食 885 円 ムース食 712 円	日替わり弁当 カロリー調整食 たんぱく調整食 ムース食	三郷市内	<ul style="list-style-type: none"> <li>・服薬確認</li> <li>・電球の取替等の簡単なお手伝いサービス</li> <li>・見守り、声掛け</li> </ul>

## ①配食

事業者／連絡先	サポート名／内容	利用料(税込)	メニュー	対象者	備考
<p>【花よりだんご】</p> <p>東京都荒川区荒川 1-11-20 電話：03-3802-6211</p>	<p>【花よりだんご】</p> <p>昼食又は夕食の配達、利用者の安否確認</p>	<p>A食 530 円 B食 580 円 ムース食 580 円 柔らかか食 680 円 A食制限食 630 円 B食制限食 680 円</p>	<p>日替わり弁当 ムース食 柔らかか食 減塩食(制限食) カロリー調整食(制限食) 腎臓病食(制限食)</p>		
<p>【まごころ弁当 流山・三郷店】</p> <p>千葉県流山市南流山 5-14-6-101 電話：04-7197-1018</p>	<p>【まごころ弁当】</p> <p>昼食又は夕食の配達、利用者の安否確認</p>	<p>普通食 562 円 カロリー調整食 772 円 たんぱく調整食 822 円 ムース食 648 円</p>	<p>日替わり弁当 カロリー調整食 たんぱく調整食 ムース食</p>	三郷市全域	弁当配達時に「お薬を飲みましたか」等の声掛けも実施
<p>【ライフデリ 三郷店】</p> <p>三郷市早稲田 5-6-18 電話：048-951-5819</p>	<p>【ライフデリ三郷店】</p> <p>昼食又は夕食の配達、利用者の安否確認</p>	530 円～870 円	<p>日替わり弁当 カロリー調整食 透析食 腎臓食 やわらかか食 ムース食</p>		
<p>【NPO 法人 ワーカーズコレクティブ青いそら】</p> <p>三郷市早稲田 5-4-1 三郷市文化会館内 電話：048-957-9600</p>	<p>【安心見守り配達サービス】</p> <p>弁当の配達(昼食・夕食)、利用者の安否確認</p>	<p>お弁当 540 円～ 会費月 2,000 円 見守り料月 1,000 円</p>			会員登録要

行政サービス					
事業者／連絡先	サポート名／内容	利用料(税込)	メニュー	対象者	備考
【三郷市長寿いきがい課】 三郷市花和田 648 番地 1 電話：048-930-7788(長寿いきがい課) または地域包括支援センター	【市】見守り配食サービス(宅配クック 123 東埼玉店)  弁当の配達(昼食又は夕食、週 5 食まで)、利用者の安否確認	普通食 400 円 カロリー・塩分調整食 400 円 たんぱく・塩分調整食 400 円 透析食 400 円 やわらか食 400 円 ムース 400 円 消化にやさしい食 400 円	日替わり弁当 やわらか食 カロリー調整食 塩分調整食 透析食 たんぱく調整食 ムース食 消化にやさしい食	65 歳以上の寝たきりや虚弱なひとり暮らし高齢者等のかたで日常的に食事の確保が困難なかた	<b>※地域包括支援センターを通じて申請が必要です。</b> <b>お住まいの地域を担当している地域包括支援センターへご相談ください(34 ページ参照)。</b>
	【市】見守り配食サービス(花よりだんご)  弁当の配達(昼食又は夕食、週 5 食まで)、利用者の安否確認	普通食 400 円 減塩食 400 円 カロリー調整食 400 円 腎臓病食 400 円 やわらか食 400 円 ムース 400 円 A食 250 円	日替わり弁当 やわらか食 ムース食 減塩食 カロリー調整食 腎臓病食		
	【市】見守り配食サービス(配食のふれ愛 三郷本店)  弁当の配達(昼食又は夕食、週 5 食まで)、利用者の安否確認	普通食 400 円 カロリー調整食 400 円 たんぱく調整食 400 円 やわらか食 400 円 ムース 400 円 安価食 180 円	日替わり弁当 カロリー調整食 たんぱく調整食 ムース食		
	【市】見守り配食サービス(配食のふれ愛 北葛飾店)  弁当の配達(昼食又は夕食、週 5 食まで)、利用者の安否確認	普通食 400 円 カロリー調整食 400 円 たんぱく調整食 400 円 やわらか食 400 円 ムース 400 円 安価食 180 円	日替わり弁当 カロリー調整食 たんぱく調整食 ムース食		
	【市】見守り配食サービス(まごころ弁当 流山・三郷店)  弁当の配達(昼食又は夕食、週 5 食まで)、利用者の安否確認	普通食 400 円 普通食(お手軽)160 円 普通食(安価)200 円 カロリー調整食 400 円 低たんぱく食 400 円 ムース食 300 円	日替わり弁当 カロリー調整食 たんぱく調整食 ムース食		
	【市】見守り配食サービス(ライフデリ 三郷店)  弁当の配達(昼食又は夕食、週 5 食まで)、利用者の安否確認	普通食 400 円 カロリー調整食 400 円 透析食 400 円 腎臓病食 400 円 やわらか食 400 円 ムース 400 円 安価食(4食)300 円 安価食(3食)180 円	日替わり弁当 カロリー調整食 透析食 腎臓病食 やわらか食 ムース食		

## ②調理

ご自身やご家族だけでは「調理」が難しいかたや介護保険ではサービス提供が難しいかたにご利用いただける「調理」のサポートについて掲載しています。NPOについては、ご自身やご家族の状況をNPOが聞き取った上で利用の可否を決定しますので、個別にお問い合わせをお願いします。また、「他サポートの実施」欄に「○」がある事業者は、「調理」以外のサポートを実施しています。なお、市で実施する「軽度生活援助」を利用できるかたは限定されており、地域包括支援センターを通じて申請が必要となります。

事業者／連絡先	サポート名／内容	利用料(税込)	対象者	他サポートの実施					備考
				③ 掃除洗濯	④ 買い物	⑤ ゴミ出し	⑥ 外出同行	⑧ 見守り	
【NPO 法人 いきいきネット】 三郷市彦成 3-7-9-1(ほっとサロン・いきいき) 電話：048-950-7001	【いきいきネット生活支援サービス】 調理	1回1時間以内 500円	高齢者・障がい者／みさと団地及びその周辺	○	○	○	○	○	
【NPO 法人 ささえあいの会みさとクローバー】 三郷市彦成 4-4-17-103 電話：048-950-8208	【ささえあい活動】 会員制による助け合い活動 (調理、掃除・洗濯、買い物、外出同行、見守り、話し相手)	年会費 3,000円 30分 350円 1時間 700円 別途交通費	みさと団地及びその周辺	○	○	○	○	○	会員登録要
【生活協同組合コープみらい】 さいたま市南区根岸 1-5-5 電話：048-839-1402	【くらしのたすけあいの会ミニハート】 組合員が家事援助などお互いに助け合う活動 (調理、掃除・洗濯、買い物、外出同行、見守り、その他)	1時間 800円 別途交通費実費  運営協力費 1時間 220円(税込み) コープみらいに登録の口座より引き落とし		○	○	-	○	○	ご利用にはコープみらいへ加入要、出資金1口500円から預(脱退時返還)
【ふくろう三郷営業所】 三郷市早稲田 1-22-6-101 電話：048-907-1525、070-1213-2960	【家事代行サービス】 家事代行(調理、掃除・洗濯、買い物、外出同行、その他)	初回 2時間 2,960円(税込) 2回目以降(1時間あたり) 不定期 2,200円 週1回 2,000円 月2回 2,050円 月1回 2,100円	市内北部から三郷中央駅付近まで伺っています。	○	○	-	○	-	

事業者／連絡先	サポート名／内容	利用料(税込)	対象者	他サポートの実施					備考
				③ 掃除洗濯	④ 買い物	⑤ ゴミ出し	⑥ 外出同行	⑧ 見守り	
<p>【公営社団法人 三郷市シルバー人材センター】</p> <p>三郷市花和田 638-1 三郷市健康福祉会館内 電話：048-952-0866</p>	<p>【シルバー人材センター】</p> <p>60歳以上の会員による、臨時的かつ短期的な就業または軽易な業務を請負または委任契約により引き受け(調理、掃除・洗濯、買い物、その他)</p>	<p>1日6時間 6,137円～ (家事援助サービス)</p>		○	○	○	-	-	
<p>【NPO 法人 ワーカーズコレクティブ青いそら】</p> <p>三郷市早稲田 5-4-1 三郷市文化会館内 電話：048-957-9600</p>	<p>【たすけあい生活サポート】</p> <p>会員制による生活サポートサービス(調理、掃除・洗濯、買い物、ゴミ出し、外出同行、移送サービス、見守り、その他)</p>	<p>年間登録料 2,000円 サービス料 30分 700円 1時間 1,400円 別途交通費</p>		○	○	○	○	○	会員登録要

行政サービス									
事業者／連絡先	サポート名／内容	利用料(税込)	対象者	他サポートの実施					備考
				③掃除洗濯	④買い物	⑤ゴミ出し	⑥外出同行	⑧見守り	
<p>【三郷市長寿いきがい課】</p> <p>三郷市花和田 648 番地 1 電話：048-930-7788(長寿いきがい課) または地域包括支援センター</p>	<p>【市】軽度生活援助</p> <p>ホームヘルパーが簡易な日常生活上の援助を行う(買い物、調理、掃除・洗濯、その他)</p>	1時間あたり 200 円	65 歳以上の要支援者 又は要介護者以外のかたで、家事援助が必要なかた	○	○	○	-	-	<p>※地域包括支援センターを通じて申請が必要です。</p> <p>お住まいの地域を担当している地域包括支援センターへご相談ください(34 ページ参照)。</p>

## ③掃除・洗濯

ご自身やご家族だけでは「掃除・洗濯」が難しいかたや介護保険ではサービス提供が難しいかたにご利用いただける「掃除・洗濯」のサポートについて掲載しています。NPOについては、ご自身やご家族の状況をNPOが聞き取った上で利用の可否を決定しますので、個別にお問い合わせをお願いします。また、「他サポートの実施」欄に「○」がある事業者は、「掃除・洗濯」以外のサポートを実施しています。なお、市で実施する「軽度生活援助」を利用できるかたは限定されており、地域包括支援センターを通じて申請が必要となります。

事業者／連絡先	サポート名／内容	利用料(税込)	対象者	他サポートの実施					備考
				②調理	④買い物	⑤ゴミ出し	⑥外出同行	⑧見守り	
【NPO 法人 いきいきネット】 三郷市彦成 3-7-9-1(ほっとサロン・いきいき) 電話：048-950-7001	【いきいきネット生活支援サービス】 ・室内掃除：ヘルパーがやる内容の掃除です。それ以上は専門の掃除業者をご利用ください。 ・窓掃除・クーラーの掃除(フィルター)・お風呂の掃除	1回1時間以内 500円	高齢者・障がい者／みさと団地及びその周辺	○	○	○	○	○	
【NPO 法人 ささえあいの会みさとクローバー】 三郷市彦成 4-4-17-103 電話：048-950-8208	【ささえあい活動】 会員制による助け合い活動(調理、掃除・洗濯、買い物、外出同行、見守り、話し相手)	年会費 3,000円 30分 350円 1時間 700円 別途交通費	みさと団地及びその周辺	○	○	○	○	○	会員登録要
【生活協同組合コープみらい】 さいたま市南区根岸 1-5-5 電話：048-839-1402	【くらしのたすけあいの会ミニハート】 組合員が家事援助などでお互いに助け合う活動(調理、掃除・洗濯、買い物、外出同行、見守り、その他)	1時間 800円 別途交通費実費  運営協力費 1時間 220円(税込み) コープみらいに登録の口座より引き落とし		○	○	-	○	○	ご利用にはコープみらいへ加入要、出資金1口500円から預(脱退時返還)

事業者／連絡先	サポート名／内容	利用料(税込)	対象者	他サポートの実施					備考
				②調理	④買い物	⑤ゴミ出し	⑥外出同行	⑧見守り	
【ふくろう三郷営業所】 三郷市早稲田 1-22-6-101 電話：048-907-1525、070-1213-2960	【家事代行サービス】 家事代行(調理、掃除・洗濯、買い物、外出同行、その他)	初回2時間2,960円(税込) 2回目以降(1時間あたり) 不定期2,200円 週1回2,000円 月2回2,050円 月1回2,100円	市内北部から三郷中央駅付近まで伺っています。	○	○	-	○	-	
【ベンリー三郷早稲田店】 三郷市早稲田 4-27-1 電話：048-951-2523	【ベンリー】 便利屋(掃除・洗濯、買い物、外出同行、その他)	インターネット、電話により見積り(無料)		-	○	○	○	○	
【便利屋まごの手 INNOVATION】 八潮市八條 2732-10 1F 電話：090-6503-3123	【便利屋まごの手 INNOVATION】 便利屋(掃除・洗濯、買い物、その他)	基本パック1時間3,000円～ 限定パック(1か所軽作業) 10分～20分1,000円～	応相談	-	○	○	-	○	作業前にお見積り
【便利屋 宮輔】 三郷市彦野 1-90 電話：050-3700-6858	【便利屋 宮輔】 便利屋(掃除・洗濯、買い物、外出同行、その他)	基本料金1時間3,000円(税別) 早朝・深夜料金+1,000円		-	○	○	○	-	
【NPO法人 三郷おあしす会】 三郷市鷹野 4-269 電話：048-956-0065	【暮らしお助けサービス】 日常生活の様々な困りごとをサポート(調理、掃除・洗濯、買い物、ゴミ出し、外出同行、その他)	1人派遣30分500円	鷹野、高州、東町、戸ヶ崎、寄巻、新和、栄(放水路以南)	○	○	○	○	-	
【公益社団法人 三郷市シルバー人材センター】 三郷市花和田 638-1 三郷市健康福祉会館内 電話：048-952-0866	【シルバー人材センター】 60歳以上の会員による、臨時的かつ短期的な就業または軽易な業務を請負または委任契約により引き受け(調理、掃除・洗濯、買い物、その他)	1日6時間6,137円～(家事援助サービス)		○	○	○	-	-	

事業者／連絡先	サポート名／内容	利用料(税込)	対象者	他サポートの実施					備考
				②調理	④買い物	⑤ゴミ出し	⑥外出同行	⑧見守り	
【(特非) 三郷早稲田ライフサポートネット】 三郷市早稲田 7-1-7 電話：048-934-5761	【生活支援サービス～地域で支えあい・助け合い活動～】 日常生活での困りごとから介護保険制度外の支援等、地域に根付いたサービス	30分 500円～ 内容により別途実費	早稲田地区周辺	-	○	○	○	○	
【NPO 法人 ワーカーズコレクティブ青いそら】 三郷市早稲田 5-4-1 三郷市文化会館内 電話：048-957-9600	【たすけあい生活サポート】 会員制による生活サポートサービス(調理、掃除・洗濯、買い物、ゴミ出し、外出同行、移送サービス、見守り、その他)	年間登録料 2,000円 サービス料 30分 700円 1時間 1,400円 別途交通費		○	○	○	○	○	会員登録要

行政サービス									
事業者／連絡先	サポート名／内容	利用料(税込)	対象者	他サポートの実施					備考
				②調理	④買い物	⑤ゴミ出し	⑥外出同行	⑧見守り	
<p>【三郷市長寿いきがい課】</p> <p>三郷市花和田 648 番地 1 電話：048-930-7788(長寿いきがい課) または地域包括支援センター</p>	<p>【市】軽度生活援助</p> <p>ホームヘルパーが簡易な日常生活上の援助を行う(買い物、調理、掃除・洗濯、その他)</p>	1時間あたり 200 円	65 歳以上の要支援者 又は要介護者以外のかたで、家事援助が必要なかた	○	○	○	—	—	<p>※地域包括支援センターを通じて申請が必要です。</p> <p>お住まいの地域を担当している地域包括支援センターへご相談ください(34 ページ参照)。</p>

## ④買い物 ・ ・ ・ 店舗購入品の配送、移動販売、買い物代行、生協、ネットスーパー

ご自身やご家族だけでは「買い物」が難しいかたや介護保険ではサービス提供が難しいかたにご利用いただける「買い物」のサポートである「店舗購入品の配送」、「移動販売」、「買い物代行」、「生協」、「ネットスーパー」について掲載しています。NPOについては、ご自身やご家族の状況をNPOが聞き取った上で利用の可否を決定しますので、個別にお問い合わせをお願いします。また、「他サポートの実施」欄に「○」がある事業者は、「買い物」以外のサポートを実施しています。なお、市で実施する「軽度生活援助」を利用できるかたは限定されており、地域包括支援センターを通じて申請が必要となります。

事業者／連絡先	サポート名／内容	利用料(税込)	対象者	他サポートの実施					備考	
				②調理	③掃除洗濯	⑤ゴミ出し	⑥外出同行	⑧見守り		
店舗購入品の配送	【食品館イトーヨーカドーららぽーと新三郷店】 三郷市新三郷ららシティ 3-1-1 電話：048-959-8811	【ポーターサービスいろいろ楽だ】 店内で購入した商品を当日配達	専用BOX1箱 550円(税込)、シニアナナコカード会員のかた1箱 220円(税込)		-	-	-	-	-	地域によってはご利用出来ない場所もございますので売場でのご確認をお願い致します。
	【ベルク三郷戸ヶ崎店】 三郷市戸ヶ崎 2-580 電話：048-948-2900	【ベルクイック】 店内で購入した商品を当日配達	専用BOX1箱 200円	戸ヶ崎・与巻・鎌倉・東町・高州・鷹野・新和・栄・市助・谷中	-	-	-	-	-	
	【マルエツ三郷中央店】 三郷市中央 1-3-1 電話：048-953-7701	【らくらくクマさん宅配便】 店内で購入した商品を配達	3,300円(税込)以上購入で1件 220円	茂田井、幸房、岩野木、谷中、市助、戸ヶ崎、谷口、花和田、新和、栄、三郷、鷹野、高州、番匠免、彦沢、中央、インター南、彦江	-	-	-	-	-	配送エリアは店舗にて確認ください
移動販売	【コモディイイダ とくし丸】 東京都北区滝野川 7-27-7 電話：080-4293-1184	【移動スーパーとくし丸(コモディイイダ)】 食品等の移動販売(自宅前での販売)	1品につきプラス 20円	どなたでも利用可	-	-	-	-	-	対象地域は問い合わせ要 高齢者等見守りも実施(訪問する自宅、販売エリア内)
	【ベニースーパー 移動スーパーとくし丸】 東京都足立区佐野 2-27-10 電話：03-3620-3331	【移動スーパーとくし丸】 食品等の移動販売(自宅前での販売)		三郷市西南部	-	-	-	-	-	対象地域は問い合わせ要

## ④買い物

	事業者／連絡先	サポート名／内容	利用料(税込)	対象者	他サポートの実施					備考
					②調理	③掃除洗濯	⑤ゴミ出し	⑥外出同行	⑧見守り	
買い物代行	【NPO 法人 いきいきネット】 三郷市彦成 3-7-9-1 (ほっとサロン・いきいき) 電話：048-950-7001	【いきいきネット生活支援サービス】 団地内のスーパーでの買い物です (電球は近くの電気専門店での買い物)	1回1時間以内 500円	高齢者・障がい者／みさと団地及びその周辺	○	○	○	○	○	
	【NPO 法人 ささえあいの会みさとクローバー】 三郷市彦成 4-4-17-103 電話：048-950-8208	【ささえあい活動】 会員制による助け合い活動(調理、掃除・洗濯、買い物、外出同行、見守り、話し相手)	年会費 3,000円 30分 350円 1時間 700円 別途交通費	みさと団地及びその周辺	○	○	○	○	○	会員登録要
	【生活協同組合コープみらい】 さいたま市南区根岸 1-5-5 電話：048-839-1402	【くらしのたすけあいの会ミニハート】 組合員が家事援助などお互いに助け合う活動 (調理、掃除・洗濯、買い物、外出同行、見守り、その他)	1時間 800円 別途交通費実費  運営協力費 1時間 220円(税込み) コープみらいに登録の口座より引き落とし		○	○	-	○	○	ご利用にはコープみらいへ加入要、出資金1口500円から預(脱退時返還)
	【ふくろう三郷営業所】 三郷市早稲田 1-22-6-101 電話：048-907-1525、070-1213-2960	【家事代行サービス】 家事代行(調理、掃除・洗濯、買い物、外出同行、その他)	初回 2時間 2,960円(税込) 2回目以降(1時間あたり) 不定期 2,200円 週1回 2,000円 月2回 2,050円 月1回 2,100円	市内北部から三郷中央駅付近まで伺っています。	○	○	-	○	-	行く場所や品物、納品時間、車両有無により多少変動あり
	【ベンリー三郷早稲田店】 三郷市早稲田 4-27-1 電話：048-951-2523	【ベンリー】 便利屋 (掃除・洗濯、買い物、外出同行、その他)	インターネット、電話により見積り(無料)		-	○	○	○	-	
	【便利屋まごの手 INNOVATION】 八潮市八條 2732-10 1F 電話：090-6503-3123	【便利屋まごの手 INNOVATION】 便利屋(掃除・洗濯、買い物、その他)	基本パック 1時間 3,000円～ 限定パック(1か所軽作業) 10分～20分 1,000円～	応相談	-	○	○	-	○	作業前にお見積り

## ④買い物

事業者／連絡先	サポート名／内容	利用料(税込)	対象者	他サポートの実施					備考
				②調理	③掃除洗濯	⑤ゴミ出し	⑥外出同行	⑧見守り	
【便利屋 宮輔】 三郷市彦野 1-90 電話：050-3700-6858	【便利屋 宮輔】 便利屋(掃除・洗濯、買い物、外出同行、その他)	基本料金 1 時間 3,000 円 (税別) 早朝・深夜料金+1,000 円		-	○	○	○	-	
【NPO 法人 三郷おあしす会】 三郷市鷹野 4-269 電話：048-956-0065	【暮らしお助けサービス】 日常生活の様々な困りごとをサポート(調理、掃除・洗濯、買い物、ゴミ出し、外出同行、その他)	1 人派遣 30 分 500 円	鷹野、高州、東町、戸ヶ崎、寄巻、新和、栄(放水路以南)	○	○	○	○	-	買い物代行／店舗内サポートのみ
【公益社団法人 三郷市シルバー人材センター】 三郷市花和田 638-1 三郷市健康福祉会館内 電話：048-952-0866	【シルバー人材センター】 60 歳以上の会員による、臨時的かつ短期的な就業または軽易な業務を請負または委任契約により引き受け(調理、掃除・洗濯、買い物、その他)	1 日 6 時間 6,137 円～ (家事援助サービス)		○	○	○	-	-	
【(特非) 三郷早稲田ライフサポートネット】 三郷市早稲田 7-1-7 電話：048-934-5761	【生活支援サービス～地域で支えあい・助け合い活動～】 日常生活での困りごとから介護保険制度外の支援等、地域に根付いたサービス	30 分 500 円～ 内容により別途実費	早稲田地区周辺	-	○	○	○	○	
【NPO 法人 ワーカーズコレクティブ青いそら】 三郷市早稲田 5-4-1 三郷市文化会館内 電話：048-957-9600	【たすけあい生活サポート】 会員制による生活サポートサービス(調理、掃除・洗濯、買い物、ゴミ出し、外出同行、移送サービス、見守り、その他)	年間登録料 2,000 円 サービス料 30 分 700 円、 1 時間 1,400 円 別途交通費		○	○	○	○	○	会員登録要
【生活クラブ生活協同組合(埼玉)】 埼玉県川口市小谷場 206 電話：0120-391-144	【生活クラブ埼玉】 食品等の注文・配達	1 回の注文 3,000 円(税別)未満：個別システム手数料 150 円(税込 165 円)※ご加入後 8 週間は無料							生協へ加入要、毎月出資金 1,000 円預(脱退時返還)

## ④買い物

事業者／連絡先	サポート名／内容	利用料(税込)	対象者	他サポートの実施					備考
				②調理	③掃除洗濯	⑤ゴミ出し	⑥外出同行	⑧見守り	
【パルシステム(埼玉)】 埼玉県蕨市錦町 2-10-4 電話：0120-860-678	【パルシステム】 食品等の注文・配達	1回のご利用金額が2,000円以上は198円、2,000円未満は248円※全て税込 ※各種割引制度有		-	-	-	-	-	パルシステムへ加入要、出資金1,000円預(脱退時返還)
ネットスーパー	【(株)イトーヨーカ堂 三郷店】 三郷市ピアラシティ1丁目1-1 電話：048-954-1111	【イトーヨーカドーネットスーパー】 食品等の注文・配達 ・配送料 330円 ・nanacoポイントが貯まる(要登録) ・配送料の子育て支援割引あり		-	-	-	-	-	会員登録要(インターネット)
	【(株)カスミ】 茨城県つくば市西大橋 599-1 電話：0120-371-315 (ふれあいダイヤル)	【オンラインデリバリー】 食品等のインターネット注文・配達	店舗、配送エリア、曜日、便ごとに異なります		-	-	-	-	-

行政サービス									
事業者／連絡先	サポート名／内容	利用料(税込)	対象者	他サポートの実施					備考
				②調理	③掃除洗濯	⑤ゴミ出し	⑥外出同行	⑧見守り	
<p>【三郷市長寿いきがい課】</p> <p>三郷市花和田 648 番地 1 電話：048-930-7788(長寿いきがい課) または地域包括支援センター</p>	<p>【市】軽度生活援助</p> <p>ホームヘルパーが簡易な日常生活上の援助を行う(買い物、調理、掃除・洗濯、その他)</p>	1時間あたり 200 円	65 歳以上の要支援者 又は要介護者以外のかたで、家事援助が必要なかた	○	○	○	—	—	<p>※地域包括支援センターを通じて申請が必要です。 お住まいの地域を担当している地域包括支援センターへご相談ください(34 ページ参照)。</p>

## ⑤ゴミ出し ・ ・ ・ 一般ゴミ、粗大ゴミ・家財処分

ご自身やご家族だけでは「ゴミ出し」が難しいかたや介護保険ではサービス提供が難しいかたにご利用いただける「ゴミ出し」のサポートである「一般ゴミ」、「粗大ゴミ・家財処分」について掲載しています。NPOについては、ご自身やご家族の状況をNPOが聞き取った上で利用の可否を決定しますので、個別にお問い合わせをお願いします。また、「他サポートの実施」欄に「○」がある事業者は、「ゴミ出し」以外のサポートを実施しています。なお、市で実施する「軽度生活援助」を利用できるかたは限定されており、地域包括支援センターを通じて申請が必要となります。

事業者／連絡先	サポート名／内容	利用料(税込)	対象者	他サポートの実施					備考
				②調理	③掃除洗濯	④買い物	⑥外出同行	⑧見守り	
【NPO 法人 ささえあいの会みさとクローバー】 三郷市彦成 4-4-17-103 電話：048-950-8208	【ささえあい活動】 会員制による助け合い活動(調理、掃除・洗濯、買い物、外出同行、見守り、話し相手)	年会費 3,000 円 30分 350 円 1時間 700 円 別途交通費	みさと団地及びその周辺	○	○	○	○	○	会員登録要
【NPO 法人 三郷おあしす会】 三郷市鷹野 4-269 電話：048-956-0065	【暮らしお助けサービス】 日常生活の様々な困りごとをサポート(調理、掃除・洗濯、買い物、ゴミ出し、外出同行、その他)	1人派遣 30分 500 円	鷹野、高州、東町、戸ヶ崎、寄巻、新和、栄(放水路以南)	○	○	○	○	-	
【(特非) 三郷早稲田ライフサポートネット】 三郷市早稲田 7-1-7 電話：048-934-5761	【生活支援サービス～地域で支えあい・助け合い活動～】 日常生活での困りごとから介護保険制度外の支援等、地域に根付いたサービス	30分 500 円～ 内容により別途実費	早稲田地区周辺	-	○	○	○	○	
【NPO 法人 ワーカーズコレクティブ青いそら】 三郷市早稲田 5-4-1 三郷市文化会館内 電話：048-957-9600	【たすけあい生活サポート】 会員制による生活サポートサービス(調理、掃除・洗濯、買い物、ゴミ出し、外出同行、移送サービス、見守り、その他)	年間登録料 2,000 円 サービス料 30分 700 円、 1時間 1,400 円 別途交通費		○	○	○	○	○	会員登録要

	事業者／連絡先	サポート名／内容	利用料(税込)	対象者	他サポートの実施					備考
					② 調理	③ 掃除洗濯	④ 買い物	⑥ 外出同行	⑧ 見守り	
一般ゴミ・粗大ゴミ・家財処分	【NPO 法人 いきいきネット】 三郷市彦成 3-7-9-1(ほっとサロン・いきいき) 電話：048-950-7001	【いきいきネット生活支援サービス】 ごみ出し等の生活支援	1回1時間以内 500円 (大型ゴミを出す際、2名での対応が必要な場合は1000円)	高齢者・障がい者／みさと団地及びその周辺	○	○	○	○	○	
	【ベンリー三郷早稲田店】 三郷市早稲田 4-27-1 電話：048-951-2523	【ベンリー】 便利屋(一般ゴミ、粗大ゴミ、家財処分等)	インターネット、電話により見積り(無料)		-	○	○	○	-	
	【便利屋まごの手 INNOVATION】 八潮市八條 2732-10 1F 電話：090-6503-3123	【便利屋まごの手 INNOVATION】 便利屋(ゴミ出し、ハウスクリーニング、家財処分など)	要見積り	応相談	-	○	○	-	○	家庭ゴミ出しなど限定パック(1,000円～)で対応地域によって値段が変わります
	【便利屋 宮輔】 三郷市彦野 1-90 電話：050-3700-6858	【便利屋 宮輔】 便利屋(掃除・洗濯、買い物、外出同行、その他)	内容により相談にて利用料を算出		-	○	○	○	-	
粗大ゴミ	【公益社団法人 三郷市シルバー人材センター】 三郷市花和田 638-1 三郷市健康福祉会館内 電話：048-952-0866	【シルバー人材センター】 60歳以上の会員による、臨時的かつ短期的な就業または軽易な業務を請負または委任契約により引き受け(粗大ゴミの搬出)	1回1時間(2名) 2,180円～(粗大ゴミの搬出) ※付随する大型家具等の解体費用、別途500円/回(人) (1・2階建) 10kgまで200円/点、10～40kgまで300円/点、40kg超500円/点 (3階建以上) 10kgまで350円/点、10～40kgまで500円/点、40kg超1,000円/点		○	○	○	-	-	

行政サービス									
事業者／連絡先	サポート名／内容	利用料(税込)	対象者	他サポートの実施					備考
				②調理	③掃除洗濯	④買い物	⑥外出同行	⑧見守り	
一般ゴミ 【三郷市長寿いきがい課】 三郷市花和田 648 番地 1 電話：048-930-7788(長寿いきがい課) または地域包括支援センター	【市】軽度生活援助 ホームヘルパーが簡易な日常生活上の援助を行う(買い物、調理、掃除・洗濯、その他)	1時間あたり 200 円	65 歳以上の要支援者又は要介護者以外のかたで、家事援助が必要なかた	○	○	○	—	—	※地域包括支援センターを通じて申請が必要です。 お住まいの地域を担当している地域包括支援センターへご相談ください(34 ページ参照)。

## ⑥外出同行(送迎を伴わないもの)

ご自身やご家族だけでは「外出」が難しいかたや介護保険ではサービス提供が難しいかたにご利用いただける「外出」のサポートのうち、「外出同行」について掲載しています(送迎が伴う外出同行については「送迎」のページをご覧ください)。NPOについては、ご自身やご家族の状況をNPOが聞き取った上で利用の可否を決定しますので、個別にお問い合わせをお願いします。また、「他サポートの実施」欄に「○」がある事業者は、「外出同行」以外のサポートを実施しています。なお、市で実施する「軽度生活援助」を利用できるかたは限定されており、地域包括支援センターを通じて申請が必要となります。

事業者／連絡先	サポート名／内容	利用料(税込)	対象者	他サポートの実施					備考
				②調理	③掃除洗濯	④買い物	⑤ゴミ出し	⑧見守り	
【NPO 法人 いきいきネット】 三郷市彦成 3-7-9-1(ほっとサロン・いきいき) 電話：048-950-7001	【いきいきネット生活支援サービス】 ・散歩等外出同行いたします ・認知症のかたの散歩、傾聴 ・病院同行 ・タクシー同行	1回1時間以内 500円	高齢者・障がい者 ／みさと団地及びその周辺	○	○	○	○	○	
【NPO 法人 ささえあいの会みさとクローバー】 三郷市彦成 4-4-17-103 電話：048-950-8208	【ささえあい活動】 会員制による助け合い活動(調理、掃除・洗濯、買い物、外出同行、見守り、話し相手)	年会費 3,000円 30分 350円 1時間 700円 別途交通費	みさと団地及びその周辺	○	○	○	○	○	会員登録要
【生活協同組合コープみらい】 さいたま市南区根岸 1-5-5 電話：048-839-1402	【くらしのたすけあいの会ミニハート】 組合員が家事援助などお互いに助け合う活動 (調理、掃除・洗濯、買い物、外出同行、見守り、その他)	1時間 800円 別途交通費実費  運営協力費 1時間 220円(税込み) コープみらいに登録の口座より引き落とし		○	○	○	-	○	ご利用にはコープみらいへ加入要、出資金1口500円から預(脱退時返還)

⑥外出同行(送迎を伴わないもの)

事業者／連絡先	サポート名／内容	利用料(税込)	対象者	他サポートの実施					備考
				②調理	③掃除洗濯	④買い物	⑤ゴミ出し	⑧見守り	
【一般社団法人 日本旅行介護士協会】 東京都国分寺市南町 3-23-2MD8 ビル 3F 事務局(むさし介護アカデミー内) 電話：042-349-6595	【日本旅行介護士協会】 高齢者のためのお墓参り・買い物・外出・旅行の同行サポート	1. お墓参り・買い物・外出サポート(2時間から) 1時間あたり4,400円～ 2. 旅行サポート(宿泊の場合) 1日あたり44,000円～		-	-	-	-	-	・予約は当日の2か月前まで(状況によっては予約月の前月まで) ・対応日は土日のみ(平日・祝日は要相談) ・公共交通機関を利用したサポートとなります。 ・医療措置は行えません。
【ふくろう三郷営業所】 三郷市早稲田 1-22-6-101 電話：048-907-1525、070-1213-2960	【家事代行サービス】 家事代行(調理、掃除・洗濯、買い物、外出同行、その他)	初回2時間2,960円(税込) 2回目以降(1時間あたり)不定期2,200円 週1回2,000円 月2回2,050円 月1回2,100円	市内北部から三郷中央駅付近まで伺っています。	○	○	○	-	-	行く場所により別途交通費
【ベンリー三郷早稲田店】 三郷市早稲田 4-27-1 電話：048-951-2523	【ベンリー】 便利屋(掃除・洗濯、買い物、外出同行、その他)	インターネット、電話により見積り(無料)		-	○	○	○	-	
【便利屋 宮輔】 三郷市彦野 1-90 電話：050-3700-6858	【便利屋 宮輔】 便利屋(掃除・洗濯、買い物、外出同行、その他)	基本料金1時間3,000円(税別) 早朝・深夜料金+1,000円		-	○	○	○	-	
【NPO法人 三郷おあしす会】 三郷市鷹野 4-269 電話：048-956-0065	【暮らしお助けサービス】 日常生活の様々な困りごとをサポート(調理、掃除・洗濯、買い物、ゴミ出し、外出同行、その他)	1人派遣30分500円	鷹野、高州、東町、戸ヶ崎、寄巻、新和、栄(放水路以南)	○	○	○	○	-	
【(特非)三郷早稲田ライフサポートネット】 三郷市早稲田 7-1-7 電話：048-934-5761	【生活支援サービス～地域で支えあい・助け合い活動～】 日常生活での困りごとから介護保険制度外の支援等、地域に根付いたサービス	30分500円～ 内容により別途実費	早稲田地区周辺	-	○	○	○	○	

⑥外出同行(送迎を伴わないもの)

事業者／連絡先	サポート名／内容	利用料(税込)	対象者	他サポートの実施					備考
				②調理	③掃除洗濯	④買い物	⑤ゴミ出し	⑧見守り	
<p>【NPO 法人 ワーカーズコレクティブ青いそら】</p> <p>三郷市早稲田 5-4-1 三郷市文化会館内 電話：048-957-9600</p>	<p>【たすけあい生活サポート】</p> <p>会員制による生活サポートサービス(調理、掃除・洗濯、買い物、ゴミ出し、外出同行、移送サービス、見守り、その他)</p>	<p>年間登録料 2,000 円 サービス料 30分 700 円、 1 時間 1,400 円 別途交通費</p>		○	○	○	○	○	会員登録要

## ⑦送迎 ・ ・ ・ 一般タクシー、介護タクシー、その他送迎サービス

ご自身やご家族だけでは「外出」が難しいかたや介護保険ではサービス提供が難しいかたにご利用いただける「外出」のサポートのうち、「送迎」について掲載しています(送迎が伴わない外出同行については「外出同行」のページをご覧ください)。ご自身やご家族の状況を事業者が聞き取った上で利用の可否を決定しますので、個別にお問い合わせをお願いします。また、「他サポートの実施」欄に「○」がある事業者は、「送迎」以外のサポートを実施しています。なお、市で実施する「軽度生活援助」を利用できるかたは限定されており、地域包括支援センターを通じて申請が必要となります。

事業者／連絡先		サポート名／内容	利用料(税込)	対象者	備考
一般 タク シー	【彦成タクシー】 三郷市彦成 5-183-3-2 電話：048-958-4855	【彦成タクシー】 一般タクシー	初乗運賃 1.23km500 円 加算運賃 261m100 円 迎車料金 300 円		
	【(有)三郷交通】 三郷市新和 3-147 電話：048-952-3310	【三郷交通】 一般タクシー	初乗運賃 1.23km500 円 加算運賃 261m100 円 迎車料金 300 円		
	【(有)明治タクシー】 三郷市栄 3-401 電話：048-952-5321	【明治タクシー】 一般タクシー	初乗運賃 1.23km500 円 加算運賃 261m100 円 迎車料金 300 円		支払はクレジットカード、電子マネー、QR 決済なども可能です
介護 タク シー	【(有)エステイエス・ジャパン】 三郷市戸ヶ崎 3-416-1 電話：0120-61-3373、048-955-1815	【STS 介護タクシー】 介護タクシー  <使用車両> 普通車(ボクシー) 軽自動車 合計 3 台	<運賃> 初乗運賃(1.23km) 500 円 加算運賃(261m) 100 円 時間加算(100 秒) 90 円 迎車料 300 円 ※障がい者手帳提示で運賃 1 割引 ※22 時～翌朝 5 時で運賃 2 割増し <基本介助料> 1100 円 <その他料金> 通常車いす 500 円 リクライニング車いす 2200 円 ストレッチャー 2200 円	要介護・要支援者、身体障がい者手帳保持者、その他障害を有する等により単独での移動が困難なかたであって、単独でタクシーその他の公共交通機関を利用することが困難なかた(詳しくは要問い合わせ)	介護保険(訪問介護)対象  ※その他、自宅内介助料、階段介助料、付添料、予約・キャンセル料、酸素補充料など詳細はお問い合わせください。
	【介護タクシー一休】 八潮市中馬場 38 電話：080-3608-9919	【介護タクシー一休】 介護タクシー			

事業者／連絡先		サポート名／内容	利用料(税込)	対象者	備考
介護タクシー	<p>【キヨミズ合同会社】</p> <p>三郷市早稲田 6-5-1-305 電話：048-907-1002、090-8480-9224</p>	<p>【ケアタクシー郷里】</p> <p>介護タクシー</p> <p>&lt;使用車両&gt; 大型車(ハイエース) 合計1台</p>	<p>&lt;運賃&gt; 初乗運賃(2km) 780円 加算運賃(277m) 90円 時間加算(100秒) 90円 迎車料 780円 ※障がい者手帳提示で運賃1割引き ※22時～翌朝5時で運賃2割増し &lt;基本介助料&gt; 1100円 &lt;その他料金&gt; 通常車いす 無料 リライティング車いす 1650円 ストレッチャー 2750円</p>	<p>要介護・要支援者、身体障がい者手帳保持者、その他障害を有する等により単独での移動が困難なかたであって、単独でタクシーその他の公共交通機関を利用することが困難なかた（詳しくは要問い合わせ）</p>	<p>※その他、自宅内介助料、階段介助料、付添料、予約・キャンセル料、酸素補充料など詳細はお問い合わせください。</p>
	<p>【ケアタクシーよすが】</p> <p>埼玉県八潮市大瀬 1527-1 電話：090-6934-7716</p>	<p>【ケアタクシーよすが】</p> <p>介護タクシー</p>	<p>迎車料 780円 メーター(265m 毎に 90円加算) 予約料 400円 介助料金 1100円～</p>	<p>要介護・要支援者、身体障がい者手帳保持者、その他障害を有する等により単独での移動が困難なかたであって、単独でタクシーその他の公共交通機関を利用することが困難なかた（詳しくは要問い合わせ）</p>	<p>完全予約制 24時間対応 年中無休</p>
	<p>【合同会社サニーハート】</p> <p>三郷市高州 4-62-2 電話：090-3106-7553、048-956-1736</p>	<p>【サニーハート】</p> <p>介護タクシー</p> <p>&lt;使用車両&gt; 普通車(ヴォクシー) 軽自動車(エブリー、ハイジェット) 合計3台</p>	<p>&lt;運賃&gt; 初乗運賃(1.23km) 500円 加算運賃(261m) 100円 時間加算(100秒) 90円 迎車料 500円 ※障がい者手帳提示で運賃1割引き ※22時～翌朝5時で運賃2割増し &lt;基本介助料&gt; 1100円 &lt;その他料金&gt; 通常車いす 500円 リライティング車いす 1500円 ストレッチャー 3000円</p>	<p>要介護・要支援者、身体障がい者手帳保持者、その他障害を有する等により単独での移動が困難なかたであって、単独でタクシーその他の公共交通機関を利用することが困難なかた（詳しくは要問い合わせ）</p>	<p>介護保険（訪問介護）対象</p> <p>※その他、自宅内介助料、階段介助料、付添料、予約・キャンセル料、酸素補充料など詳細はお問い合わせください。</p>

事業者／連絡先		サポート名／内容	利用料(税込)	対象者	備考
介護タクシー	<b>【にじいろ介護タクシー】</b> 三郷市早稲田 1-25 電話：070-5550-1608	<b>【にじいろ介護タクシー】</b> 介護タクシー <使用車両> 大型車(ハイエース) 合計 1 台	<運賃> 初乗運賃(2km) 780 円 加算運賃(277m) 90 円 時間加算(100 秒) 90 円 迎車料 780 円 ※障がい者手帳提示で運賃 1 割引き ※22 時～翌朝 5 時で運賃 2 割増し <基本介助料> 1100 円 <その他料金> 通常車いす 無料 リライティング車いす 1650 円 ストレッチャー 2750 円	要介護・要支援者、身体障がい者手帳保持者、その他障害を有する等により単独での移動が困難なかたであって、単独でタクシーその他の公共交通機関を利用することが困難なかた(詳しくは要問い合わせ)	※その他、自宅内介助料、階段介助料、付添料、予約・キャンセル料、酸素補充料など詳細はお問い合わせください。
	<b>【福祉・介護タクシーかねもと】</b> 埼玉県吉川市保 1-26-3 ライオンズマンション吉川 403 電話：080-4605-6543	<b>【福祉・介護タクシーかねもと】</b> 介護タクシー ・車椅子に乗ったまま乗降できます。 ・ベッドから車椅子・車椅子から乗車を安全にケア致します。 ・付き添いの方、4 名まで乗車可能。	<目安>標準車椅子利用 2km 以内 2,660 円 5km 約 3,900 円 介助料別途 特殊機材別途	福祉限定です。 ・介護保険利用者 ・障がい者 ・病気、怪我で一時的に公共交通利用困難者、歩行困難者	HP 参照ください
福祉有償運送	<b>【NPO 法人 ささえあいの会みさとクローバー】</b> 三郷市彦成 4-4-17-103 電話：048-950-8208	<b>【福祉有償運送】</b> ・病院への送迎 ・趣味の会への送迎 ・買い物への送迎	(1)運送の対価 初乗り:2km まで 350 円 加算:以降 1km あたり 145 円 (2)上記以外 迎車回送料金:1km あたり 50 円 待機料金:10 分あたり 150 円	身体障がい者手帳を所持しているかた、要介護認定・要支援認定を受けている方(付添人同乗可)	会員登録要
その他送迎サポート	<b>【NPO 法人 いきいきネット】</b> 三郷市彦成 3-7-9-1(ほっとサロン・いきいき) 電話：048-950-7001	<b>【いきいきネット生活支援サービス】</b> 病院への送迎(乗車前後の支援)	1 回 1 時間以内 500 円	高齢者・障がい者/みさと団地及びその周辺	
	<b>【NPO 法人 ワーカーズコレクティブ 青いそら】</b> 三郷市早稲田 5-4-1 三郷市文化会館内 電話：048-957-9600	<b>【たすけあい生活サポート】</b> 会員制による生活サポートサービス(調理、掃除・洗濯、買い物、ゴミ出し、外出同行、移送サービス、見守り、その他)	年間登録料 2,000 円 サービス料 30 分 700 円 1 時間 1,400 円 別途交通費		会員登録要

⑧見守り・声掛け ・ ・ ・ 訪問・電話、人感センサー、GPS

見守りが必要なかたやそのご家族にご利用いただける「見守り」のサポートである「訪問・電話」、「人感センサー」、「GPS」について掲載しています。NPOについては、ご自身やご家族の状況をNPOが聞き取った上で利用の可否を決定しますので、個別にお問い合わせをお願いします。また、「他サポートの実施」欄に「○」がある事業者は、「見守り」以外のサポートを実施しています。

事業者／連絡先	サポート名／内容	利用料(税込)	対象者	他サポートの実施					備考
				② 調理	③ 掃除洗濯	④ 買い物	⑤ ゴミ出し	⑥ 外出同行	
<b>【ALSOK埼玉南支社 草加営業所】</b> 埼玉県草加市氷川町 2124-13 木暮ビル 3F 電話：048-920-6148（平日 9:00～18:00）	<b>【みまもりサポート】</b> ボタン一つでガードマンが駆けつけ、24時間いつでも健康についての相談ができるサービス	月額 1,870 円～ 別途初期費用		-	-	-	-	-	
<b>【NPO 法人 いきいきネット】</b> 三郷市彦成 3-7-9-1(ほっとサロン・いきいき) 電話：048-950-7001	<b>【安否確認事業「勝手に見守隊」】</b> 洗濯物の取り込み状態、夜間部屋の電気の明かり、ガスや、電気・水道のメーターの数値の動きなど生活実態の確認をメンバー同士で勝手に見守ります	無料	高齢者・障がい者／みさと団地内	○	○	○	○	○	
<b>【NPO 法人 このまちで暮らす会】</b> 埼玉県さいたま市南区文蔵 2-24-7 文蔵サロン内 電話：080-6636-2076	<b>【安心電話】</b> 毎週 1 回、決まった曜日の決まった時間にボランティアスタッフによる電話での声掛けと安否確認	月額 700 円	市内全域 声掛け、見守りが必要な方はどなたでも 特にひとり暮らしや老老世帯の方	-	-	-	-	-	
<b>【NPO 法人 ささえあいの会みさとクローバー】</b> 三郷市彦成 4-4-17-103 電話：048-950-8208	<b>【ささえあい活動】</b> 会員制による助け合い活動(調理、掃除・洗濯、買い物、外出同行、見守り、話し相手)	年会費 3,000 円 30 分 350 円 1 時間 700 円 別途交通費	みさと団地及びその周辺	○	○	○	○	○	会員登録要

事業者／連絡先	サポート名／内容	利用料(税込)	対象者	他サポートの実施						備考
				②調理	③掃除洗濯	④買い物	⑤ゴミ出し	⑥外出同行		
<p>【生活協同組合コープみらい】</p> <p>さいたま市南区根岸 1-5-5 電話：048-839-1402</p>	<p>【くらしのたすけあいの会ミニハート】</p> <p>組合員が家事援助などお互いに助け合う活動(調理、掃除・洗濯、買い物、外出同行、見守り、その他)</p>	<p>1時間 800円 別途交通費実費</p> <p>運営協力費 1時間 220円(税込み) コープみらいに登録の口座より引き落とし</p>		○	○	○	-	○	ご利用にはコープみらいへ加入要、出資金1口500円から預(脱退時返還)	
<p>【セコム(株)】</p> <p>東京都渋谷区神宮前 1-5-1 電話：0120-580756</p>	<p>【セコムみまもりホン】</p> <p>持ち運べる小型の端末。位置情報の確認や緊急時、通報ボタンを押しセコムと通話できる通話機能つき</p>	<p>加入料金：11,000円 基本料金：2,420円/月 対処料(救急時のご自宅への駆けつけ)：無料 対処料(上記以外)：11,000円/回(1時間まで) ※1時間を超える場合は、1時間までごとに11,000円/回が必要です。 通話料：17.6円/30秒 毎月最大27分ぶん無料 通信料：無料 位置情報提供料(携帯電話やパソコンでの調べる場合)：無料 位置情報提供料(セコムのオペレーターが調べる場合)：220円/回</p>		-	-	-	-	-		
<p>【日本郵便(株)】</p> <p>お問合せ先 TEL0120-23-28-86(フリーコール) 受付時間平日 9:00~21:00  土・日・休日 9:00~17:00 お問合せ先携帯 0570-046-666(通話料有料) 受付時間平日 9:00~21:00  土・日・休日 9:00~17:00</p>	<p>【みまもりでんわサービス】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ご利用者さまへ毎日お電話(自動音声)で体調確認を行います。</li> <li>・回答後には、日替わりメッセージもお楽しみいただけます。</li> <li>・体調確認の回答内容はすぐにご家族などのご指定いただいた報告先(4ヶ所まで)へメールでご連絡します。</li> </ul>	<p>固定電話月額 1,070円 携帯電話月額 1,280円</p>	20歳以上の方/市内全域	-	-	-	-	-	駆けつけサービス(オプション)月額880円(税込)~ もしものときに、ご家族からの要請に応じて警備会社をご利用者さま宅に駆けつけます。(別途警備会社と契約締結が必要)駆けつけ料1回につき5500円(税込)	

事業者／連絡先	サポート名／内容	利用料(税込)	対象者	他サポートの実施					備考	
				②調理	③掃除洗濯	④買い物	⑤ゴミ出し	⑥外出同行		
訪問・電話	<b>【日本郵便(株)】</b> お問合せ先 TEL0120-23-28-86(フリーコール) 受付時間平日 9:00～21:00  土・日・休日 9:00～17:00 お問合せ先携帯 0570-046-666(通話料有料) 受付時間平日 9:00～21:00  土・日・休日 9:00～17:00	<b>【みまもり訪問サービス】</b> ・郵便局社員など(委託先含む)がご利用者さま宅へ月 1 回訪問し、会話を通じて生活状況を確認します。 ・確認した生活状況や訪問した社員からのコメントは、ご家族などのご指定いただいた報告先へメールまたは郵送でご連絡します。 ・ご利用者さまのご希望により写真やメッセージなども添付。ご様子がよくわかります。	月額 2,500 円 ※郵送の場合、別途、郵送事務手数料が月額 200 円かかります。	20 歳以上の方／市内全域	-	-	-	-	-	駆けつけサービス(オプション)月額 880 円(税込)～ もしものときに、ご家族からの要請に応じて警備会社をご利用者さま宅に駆けつけます。(別途警備会社と契約締結が必要)駆けつけ料 1 回につき 5500 円(税込)
	<b>【ベンリー三郷早稲田店】</b> 三郷市早稲田 4-27-1 電話：048-951-2523	<b>【ベンリー】</b> 便利屋(訪問、電話)	インターネット、電話により見積り(無料)		-	○	○	○	○	
	<b>【便利屋まごの手 INNOVATION】</b> 八潮市八條 2732-10 1F 電話：090-6503-3123	<b>【便利屋まごの手 INNOVATION】</b> 便利屋(電話相談、SNS、声かけ訪問)	月額 1,500 円 電話確認 2 回、訪問 1 回 30 分作業なし	応相談	-	○	○	○	-	
	<b>【三郷市社会福祉協議会】</b> 三郷市花和田 638-1 三郷市健康福祉会館 5 階 電話：048-953-4191	<b>【ふれあい電話】</b> 毎週火曜日午前中、ボランティアによる電話での安否確認	無料	65 歳以上のひとり暮らし高齢者 ※定員 55 人	-	-	-	-	-	
	<b>【みさと団地管理サービス事務所】</b> 電話：048-959-2900	<b>【あんしんコール(UR)】</b> 週に一度、生活支援アドバイザーが登録した連絡先へ電話し、応答がない場合、安否確認を行う(週 1 回毎週木曜日)	無料	UR 賃貸にお住まいの方で 60 歳以上のひとり暮らしのかた	-	-	-	-	-	

事業者／連絡先	サポート名／内容	利用料(税込)	対象者	他サポートの実施					備考	
				②調理	③掃除洗濯	④買い物	⑤ゴミ出し	⑥外出同行		
訪問・電話	【(特非)三郷早稲田ライフサポートネット】 三郷市早稲田 7-1-7 電話：048-934-5761	【生活支援サービス～地域で支えあい・助け合い活動～】 日常生活での困りごとから介護保険制度外の支援等、地域に根付いたサービス	30分 500円～ 内容により別途実費	早稲田地区周辺	-	○	○	○	○	
	【ライフデリ三郷店】 三郷市早稲田 5-6-18 電話：048-951-5819	【らいふコール】 自動音声による電話で安否や健康状態を確認するサービス	月額 200円～	高齢者の方、日本全国どこでも利用可能	-	-	-	-	-	定期的に週1回以上配食サービスを利用している方は無料
	【NPO法人 ワーカーズコレクティブ青いそら】 三郷市早稲田 5-4-1 三郷市文化会館内 電話：048-957-9600	【たすけあい生活サポート】 会員制による生活サポートサービス(調理、掃除・洗濯、買い物、ゴミ出し、外出同行、移送サービス、見守り、その他)	年間登録料 2,000円 サービス料 30分 700円、1時間 1,400円 別途交通費		○	○	○	○	○	会員登録要
人感センサー等	【ALSOK埼玉南支社 草加営業所】 埼玉県草加市氷川町 2124-13 木暮ビル 3F 電話：048-920-6148 (平日 9:00～18:00)	【アルボ eye】 ご自宅内に設置したカメラの映像や動画を確認、利用者がチェック。必要に応じて利用者にかわってALSOKが自宅を確認。	月額 2,200円～ 出動料金 1回 3,300円		-	-	-	-	-	ご利用はインターネット回線(光回線推奨)
		【みまもりパック】 センサーによる「生活リズム」や「温湿度」の異常を見守り、在宅時の安全を確認できるサービス。	レンタル 月額 2,200円 出動料金 1回 3,300円		-	-	-	-	-	
	【象印マホービン(株)みまもりほっとラインサービス】 大阪府大東市中垣内 1-2-1 電話：072-870-8015	【みまもりほっとライン】 無線通信機を内蔵した i ポット(電気ポット)による見守りポットを使用すると離れて暮らすご家族に1日2回使用状況をメールでお知らせします。	初期費用 5,500円 サービス利用料月額 3,300円	・離れて暮らすご高齢者 ・ほぼ全国地域で利用可能、但し通信機の電波が届かない所は使用不可	-	-	-	-	-	

	事業者／連絡先	サポート名／内容	利用料(税込)	対象者	他サポートの実施					備考
					② 調理	③ 掃除洗濯	④ 買い物	⑤ ゴミ出し	⑥ 外出同行	
人感センサー等	<b>【東京ガス(株)ステーション 24】</b> 東京都港区海岸 1-5-20 浜松町本社ビル 電話：0120-117-744	<b>【くらし見守りサービス】</b> 玄関ドアの鍵・窓の閉め忘れ確認(スマホにお知らせ)、おかえり確認(家族が帰宅したらお知らせ)、警備員駆けつけ、電話健康相談	月額 980 円 初期費用 センサー購入代金 5,000～9,000 円/個 契約事務手数料 3,000 円		-	-	-	-	-	
	<b>【みさと団地管理サービス事務所】</b> 電話：048-959-2900	<b>【見守りサービス(UR)】</b> 室内に設置したセンサーにより利用者の動きを検知し、一定時間活動がない場合、コールセンターから利用者及び緊急連絡先へ安否確認連絡をする	基本料金月額 990 円 初期費用 7,249 円 約 3 年に 1 回の電池交換費用 2,640 円	UR 賃貸にお住まいの方(単身高齢者にお勧めです)	-	-	-	-	-	
	<b>【ヤマト運輸(株)ネコサポサービスセンター】</b> 東京都多摩市南野 1-2-2 電話：0120-545-425	<b>【クロネコ見守りサービス あんしんハローライトプラン】</b> 対象者宅に設置したハローライト電球に点灯、消灯の動きがない場合(24 時間 朝 9:00～翌朝 8:59)に異常を検知し予め登録した通知先へメールでお知らせ、通知先が訪問できない場合にはヤマト運輸に代理訪問が依頼可能。	月額 1,078 円(税込) ※自動更新	メール通知先がない場合はサービス利用不可 必ず設置先以外を通知先として設定 ※知人や友人でも同意があれば登録可 市内全域設置可	-	-	-	-	-	
GPS	<b>【ALSOK 埼玉南支社 草加営業所】</b> 埼玉県草加市氷川町 2124-13 木暮ビル 3F 電話：048-920-6148 (平日 9:00～18:00)	<b>【まもるっく】</b> GPS を搭載した携帯通報端末。位置情報検索、高齢者の「ライフリズム異常」の感知、通話機能など、「家の外」での家族の見守りが可能。	レンタル 月額 1,870 円 初期登録費用 6,600 円		-	-	-	-	-	

事業者／連絡先	サポート名／内容	利用料(税込)	対象者	他サポートの実施					備考	
				②調理	③掃除洗濯	④買い物	⑤ゴミ出し	⑥外出同行		
GPS	<p>【(株)介護用品愛ショップ】</p> <p>千葉県松戸市金ケ作 98-4 愛デイサービスセンタービル 2 階 電話：070-2188-8699</p>	<p>【魔法の靴】</p> <p>GPS 端末を専用の靴の中に装着し、PC やスマートフォンから位置情報を検索</p>	<p>入会金 3,300 円 GPS 端末開設事務手数料 3,300 円 買取代金 22,000 円 GPS 端末月額使用料 4,015 円 ※GPS 端末レンタル有 4 種類の会員形態</p>		-	-	-	-	-	<p>専用靴各種加工有(利用者より好みの靴を支給) GPS 端末レンタルの場合途中解約違約金有</p>
	<p>【セコム(株)】</p> <p>東京都渋谷区神宮前 1-5-1 電話：0120-855756</p>	<p>【ココセコムサービス】</p> <p>持ち運べる小型の端末。位置情報の確認や緊急時、通報ボタンを押しセコムと通話できる通話機能つき ご要請によりセコムの緊急対応員が駆けつけます(別途料金) 「おでかけ通知」「エリア出入り通知」等、アプリで利用できる便利機能つき</p>	<p>&lt;加入料金&gt; 4,950 円※郵送申込 4,400 円※インターネット申込 &lt;月額基本料金&gt; 1,320 円 &lt;位置チェック料金&gt; インターネット※月額基本料を含む オペレーター対応 1 回 220 円 セコム駆けつけ料金 1 回 11,000 円※「セコム駆けつけ」が 1 時間を超える場合は、1 時間までごとに 11,000 円/回が必要です。</p>		-	-	-	-	-	

行政サービス										
事業者／連絡先	サポート名／内容	利用料(税込)	対象者	他サポートの実施					備考	
				②調理	③掃除洗濯	④買い物	⑤ゴミ出し	⑥外出同行		
GPS	【三郷市長寿いきがい課】 三郷市花和田 648 番地 1 電話：048-930-7788(長寿いきがい課) または地域包括支援センター	【市】徘徊高齢者等探索システム 利用助成  徘徊高齢者等のかたの早期発見に役立つ探索システムを利用する家族のかたに、費用の一部を助成	申込料 11,000 円(助成額 7,500 円、利用者負担額 3,500 円) 月額利用料 3,410 円(助成額 2,790 円、利用者負担額 620 円)	市内に住民登録があり、次のいずれかに該当する徘徊高齢者等を介護しているかた 1. 65 歳以上の徘徊癖のある高齢者のかた 2. 初老期における認知症の診断を受けた 65 歳未満のかた	-	-	-	-	-	※地域包括支援センターを通じて申請が必要です。お住まいの地域を担当している地域包括支援センターへご相談ください(34 ページ参照)。
	【三郷市長寿いきがい課】 三郷市花和田 648 番地 1 電話：048-930-7788(長寿いきがい課) または地域包括支援センター	【市】緊急通報システム  急な体調の変化など、ボタンを押すだけで受信センターに通報され、救急を要する場合には消防へ救急要請し救助が図られるシステムで、装置を貸与	月額 200 円(市民税非課税世帯は免除)(通話料・通信料は自己負担)	65 歳以上のひとり暮らし高齢者等のかたで緊急時の連絡が困難なかた	-	-	-	-	-	
その他	【三郷市生活安全課】 三郷市花和田 648 番地 1 電話：048-930-7724 (生活安全課 広聴室)	【市】通話録音機器  悪質商法・振り込め詐欺から高齢者のかたを守るため、電話の着信時に警告メッセージが流れ、通話を自動的に録音する装置を貸与。 *電話機に上記「緊急通報システム」など非常通報装置を取り付けている場合、正常に稼働しない可能性があるため使用できません。	無料	65 歳以上のかたのみの世帯 (日中 65 歳以上のかたのみとなる世帯を含む)	-	-	-	-	-	・所定の申請書を生活安全課 広聴室へ提出してください。 ・貸与期間は 1 年間となりますが、延長も可能です。

## 4. 相談窓口

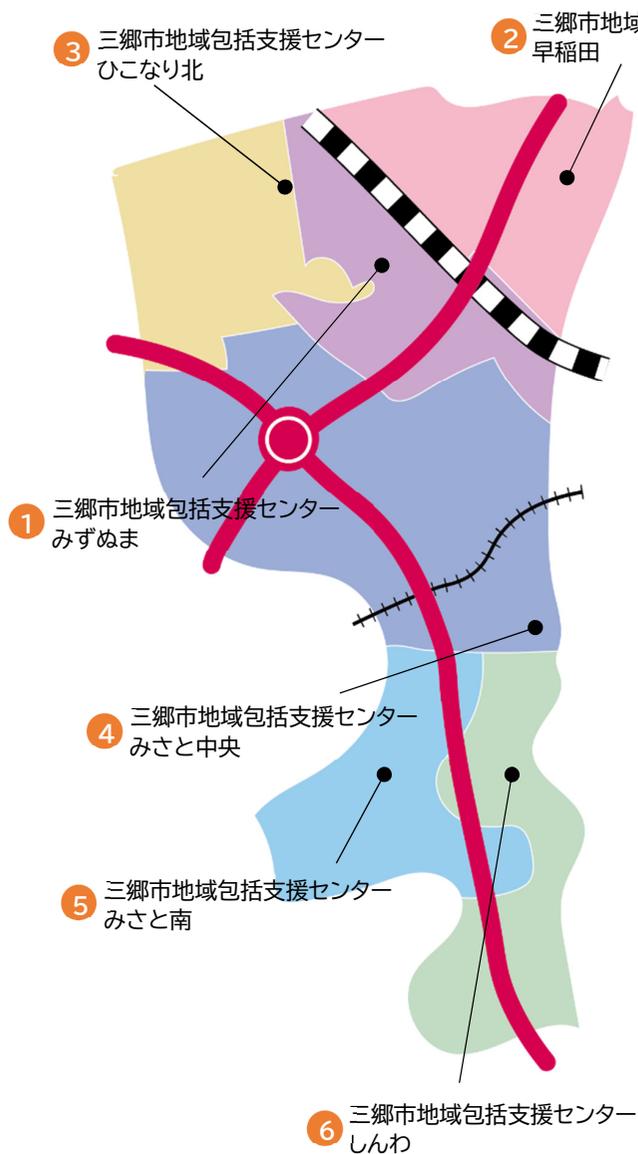
### 三郷市役所(三郷市花和田648-1、638-1)

相談内容	課・係名	直通電話番号
高齢者の在宅支援事業や介護予防等に関する事	長寿いきがい課 長寿いきがい係	048-930-7788
地域包括支援センター、認知症施策等に関する事	長寿いきがい課 地域包括係	048-930-7793
要介護認定の申請や更新、障害者控除対象者認定書の発行に関する事	介護保険課 介護認定係	048-930-7791
介護保険料の納付や介護保険証の発行、介護サービスの提供に関する事	介護保険課 介護給付係	048-930-7792
民生委員・児童委員等に関する事	ふくし総合支援課 地域福祉係	048-930-7775
福祉に関する総合的な相談窓口	ふくし総合支援課 ふくし総合相談室	048-930-7730
ペットに関する事	クリーンライフ課 環境保全係	048-930-7716
消費生活に関する事	三郷市消費生活センター	048-930-7725

### 三郷市社会福祉協議会(三郷市花和田638-1 三郷市健康福祉会館5階)

相談内容	直通電話番号
地域福祉活動に関する事	048-953-4191
ボランティア・市民活動に関する事	
成年後見制度や福祉サービス利用援助事業(あんしんサポートねっと)の利用に関する事	
悩みごとの助言・相談機関の情報提供に関する事/心配ごと相談所	
一時的な車椅子の貸出、貸付制度に関する事	

## 地域包括支援センター



名称	所在地	営業日・営業時間	担当地域
三郷市地域包括支援センター みずぬま【第1圏域】 〈マップNO. ①〉	上彦名 870 (三郷市瑞沼市民セ ンター内) 電話：048-950-3322	月～金 8：30～17：15 (土日祝・年末年始休み)	大広戸・仁蔵・笹塚・南蓮沼・駒形・ 上口(丁目なし)・彦倉(丁目なし)・彦 野(丁目なし)・彦成4丁目・采女1丁 目・三郷1丁目～3丁目・さつき平1丁 目～2丁目・新三郷ららシティ1丁目 ～3丁目
三郷市地域包括支援センター 早稲田【第2圏域】 〈マップNO. ②〉	早稲田 7-1-7(2F) 電話：048-950-3201	月～金 8：45～17：10 土 8：45～12：30 (日祝・年末年始休み)	半田・小谷堀・前間・後谷・田中新田・ 丹後・彦成・彦成5丁目・采女新田・ 早稲田1丁目～8丁目
三郷市地域包括支援センター ひこなり北【第3圏域】 〈マップNO. ③〉	彦成 3-7-7-104 電話：048-950-6777	月～金 8：30～17：30 (土日祝・年末年始休み)	下彦川戸・上彦川戸・上彦名・彦成1 丁目～3丁目・彦音1丁目～2丁目・彦 糸1丁目～2丁目・彦川戸1丁目～2丁 目・天神1丁目～2丁目
三郷市地域包括支援センター みさと中央【第4圏域】 〈マップNO. ④〉	新和 2-375 電話：048-949-0090	月～金 8：30～17：30 (土日祝・年末年始休み)	茂田井・幸房・岩野木・谷中・市助・ 谷口・花和田・彦江・彦江1丁目・彦 江3丁目・番匠免・番匠免1丁目・～ 3丁目・上口1丁目～3丁目・彦沢・彦 沢1丁目～3丁目・彦倉1丁目～2丁 目・彦野1丁目～2丁目・泉1丁目～3 丁目・新和1丁目～2丁目・栄1丁目・ 中央1丁目～5丁目・インター南1丁 目～2丁目・ピアラシティ1丁目～2丁 目
三郷市地域包括支援センター みさと南【第5圏域】 〈マップNO. ⑤〉	戸ヶ崎 1-568-1 電話：048-956-8813	月～金 9：00～17：00 (土日祝・年末年始休み)	寄巻・鎌倉・戸ヶ崎・戸ヶ崎1丁目～ 5丁目 栄3丁目～5丁目・鷹野4丁目～5丁 目
三郷市地域包括支援センター しんわ【第6圏域】 〈マップNO. ⑥〉	新和 5-244 電話：048-949-5522	月～金 8：30～17：30 土 8：30～12：30 (日祝・年末年始休み)	東町・高州1丁目～4丁目・新和3丁 目～5丁目・鷹野1丁目～3丁目

三郷市 高齢者の暮らし ちょこっと お手伝いガイド  
(在宅生活を支えるインフォーマルサポート一覧)

**【編集・発行】** 令和4年5月 初版

三郷市長寿いきがい課 048-930-7788

(福)三郷市社会福祉協議会 048-953-4191