

家事,生活支援・清掃業者		・部屋の清掃	・食事の準備や後片付け	・ゴミ出し	など
事業所名	担当者・連絡先	事業内容・料金			対象者
便利屋トラスト（桜の家）	83-4413	草刈り 1,500円 * 1時間当たりの料金 草むしり 1,000円 農作業 1,200円 枝払い 1,500円	除雪 2,500円 障子張替1枚1,500円 網戸張替1枚1,500円		高齢者世帯 共働き世帯
こころの森	83-0708	食事の準備や後片付け 部屋の清掃や衣類の洗濯 通院時や買い物の付添 病院等への薬取りや受付予約 （月～金）午前7時から午後7時 1時間900円 時間外1,000円 （土、日、祝）年末年始終日 1,000円			概ね60歳以上(要入会) ・介護保険申請中の方 ・介護保険の認定を受けられない方 ・介護保険制度では必要なサービスを受けられない方
シルバー人材センター	83-0199	<b>軽作業</b> （屋内外清掃、家事補助 *1時間当たりの料金 庭の除草、軽易な業務） 814円 除雪 1,100円 <b>屋内外作業</b> （雪囲い） 1,100円 <b>農作業</b> （花植え、種まき、わらあげ） 一般的な畑作業） 858円 果樹葉掻き、果樹の摘果 858円 果樹の収穫 1,078円 ・ 果樹の運搬 880円 <b>庭園作業</b> （剪定） 1,100円			どなたでも 会員は概ね60歳以上 健康で働く意欲のある方
こーぶくらしの助け合い	0241-22-1041	家事援助 買い物代行 話し相手 ゴミだし・留守番	活動費 2時間 1,000円 交通費 1 km 15円 年会費 600円		登録会員の方
(株)ニチイ学館	0120-212-295 84-2201	家事援助 更衣介助 通院介助 外出の付添 冠婚葬祭の付添	定期プラン 2,808円/回～ スポットプラン 1,296円/30分毎		どなたでも
河沼清掃(株)	83-4103 0800-800-4203	つまり・水漏れ（出張費3,000円） 5,000円 ハウスクリーニング 8,000円～ エアコンクリーニング 9,400円～			どなたでも
ヘアサロンみどり	83-3459 (田村)	訪問理容 外出が困難な方などの自宅へ訪問し施術します。お気軽にご連絡ください カット 3,000円 シェービング 1,500円 出張料 500円			どなたでも
会津坂下町社会福祉協議会	83-1368	寝具乾燥消毒サービス 軽度生活援助事業 月2回まで 利用時間1回2時間 （家屋内の整理整頓、買い物、雪囲いなど）個人負担1時間あたり150円			概ね65歳以上の寝たきりの方 （地区民生委員が対象者を調査） 65歳以上の高齢者1人暮らし、高齢者のみの世帯 非課税世帯
ワンチームばんげ (ボランティアセンター)	社会福祉協議会 (83-1368)	民生児童委員OBらで結成 簡単な家事援助のボランティア（電球交換、家具の移動など）			70歳以上の一人暮らし高齢者・障がい者 高齢者夫婦・高齢者のみの世帯 （相談に応じます）

配食・見守りサービス		・電話1本で自宅にお届け ・調理も簡単 ・メニューが豊富	
事業所名	担当者・連絡先	事業内容・料金	対象者
セブンイレブン (セブンミール)	0120-736-014	会員登録が必要 1回の注文につき合計500円以上から無料で自宅にお届け 店舗で受取 自宅の近くの店舗で受取可能。 (町内の店舗) 小川原店 松ノ目店 インター店 宮古店	どなたでも
やわらかダイニング	0120-503-999	やわらかさによって3段階 ・ムースやわらか 7食 5,200円(税抜)～ ・ちょっとやわらかめ 7食 4,600円(税抜) 定期お届け送料 350円(通常700円) ・かなりやわらか 7食 5,200円(税抜)～	どなたでも
ニチレイフーズ	0120-86-2101	気配り御膳 7食 4,908円～ 送料 680円 その他メニューあり 単品購入OK 5,000円以上購入の場合は送料無料 電話・インターネット・FAXにて申し込み	どなたでも
ウェルネスダイニング	0120-503-999	栄養バランス気配り宅配食 7食 4,600円(税抜) 健康応援宅配食 7食 4,300円(税抜) 塩分制限宅配食 7食 4,500円(税抜)	どなたでも
ワタミの宅食	0120-321-510	まごころ御膳 日替わり5日分 2,900円 まごころそばこ 日替わり5日分 2,490円 まごころ万菜 日替わり5日分 2,490円 まごころおかず 日替わり5日分 3,590円	どなたでも
セブンイレブン 坂下インター店移動販売	83-0007	巡回地区 大沢・朝立(毎週水曜日 16:00 料金は店舗と同じ) 天屋・本名(毎週月曜日 16:00ごろ)	どなたでも
coopばんげ移動販売	83-1391 (担当 佐藤)	巡回地区 高寺地区(毎週水曜日 15:00 料金は6%増し) 杉山、天屋、本名、舟渡、片門	どなたでも
清水屋魚店移動販売	83-2036 (藤原恒善・みつ子)	巡回地区 町内全域(月～土曜日) 料金は店舗と同じ 月・土:片門、舟渡 火:青津、三谷 水:駅前、若宮 木:若宮	どなたでも
田村仕出し移動販売	83-2178 (田村英世・由美子)	巡回地区 町内全域(月～金曜日) 料金は店舗と同じ 水・土:窪、窪倉、杉山 火・金:平井、大沢、和泉	どなたでも
JAふれあい食材	0800-800-8488	ジニアコース 週3回お届け Aコース 月・水・金 Bコース火・木・土 1セット(2人前)あたり1,300円から1,700円 1か月 約18,500円	どなたでも
ヨークベニマル 「電話で宅配」	85-7144	いくつかっても送料1回440円、 料金は店舗と同じ 入会・年会費無料 現金のみの支払い 受付時間9:00～11:00まで 午後にお届け	どなたでも
キッチン ボンド	83-3939 (小林)	巡回地区 町内全域(月～土曜日) 料金は店舗と同じ 曜日ごとに地区割	どなたでも
会津坂下町社会福祉協議会	83-1368	配食サービス 300円 緊急通報装置の設置 負担額は収入に応じて	概ね65歳以上の1人暮らしの方
会津ヤクルト販売(株) 会津坂下町センター	22-8960 83-0564	健康を気にしている方・職場へお届け 〔お客様へ訪問し、お話をしながら ヤクルトの商品や健康情報をお届けします。〕 お届け時間 9:00～14:00	どなたでも
郵便局見守り訪問サービス	83-2615	郵便局員が月1回訪問(会話を通じ30分程度生活状況を確認) 家族に訪問状況を報告(3名まで) 月額 2,500円(税別)	65歳以上

## 配食・見守りサービス

・電話1本で自宅にお届け    ・調理も簡単    ・メニューが豊富

事業所名	担当者・連絡先	事業内容・料金	対象者
移動スーパー「とくし丸」 かわちやグループ	0241-42-2400	週1回、個人宅の玄関先まで定期的に訪問。 1品あたり22円の手数料あり。 次回の注文もOK	どなたでも
ケンコー堂	83-2343	月～土曜日 9：00～19：00 健康相談も受け付けております。 商品を自宅までお届け…旧町内は無料（他地区は1回500円） 休憩スペースあります。バス待ちなど是非にご利用ください。	どなたでも

外出支援		・通院、買い物への付添    ・病院受付、薬取り    など									
事業所名	担当者・連絡先	事業内容・料金	対象者								
介護タクシーひまわり	83-5506 090-4554-5616	迎車料金 500円/15km (遠方及び冬期間は別途考慮) 小型初乗り 500円 大型初乗り 740円 小型貸切30分 2,850円 大型初乗り 3,770円 付添60分 1,500円より 代行サービス(買物、薬の引換等)	要支援以上 障害者手帳、療育手帳をお持ちの方 (1割引) 怪我等で移動困難な患者								
こころの森	83-0708	食事の準備や後片付け 部屋の清掃や衣類の洗濯 通院時や買い物の付添 病院等への薬取りや受付予約 (月～金) 午前7時から午後7時 1時間900円 時間外1,000円 (土、日、祝) 年末年始終日 1,000円	概ね60歳以上(要入会) ・介護保険申請中の方 ・介護保険の認定を受けられない方  ・介護保険制度では必要なサービスを受けられない方								
(株)ニチイ学館	0120-212-295 84-2201	話相手 更衣介助 通院介助 外出の付添 冠婚葬祭の付添	<table border="0"> <tr> <td rowspan="2">}</td> <td>定期プラン</td> <td>どなたでも</td> </tr> <tr> <td>2,808円/回～ スポットプラン</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>1,296円/30分毎</td> <td></td> </tr> </table>	}	定期プラン	どなたでも	2,808円/回～ スポットプラン			1,296円/30分毎	
}	定期プラン	どなたでも									
	2,808円/回～ スポットプラン										
	1,296円/30分毎										
介護タクシーたいよう	080-5798-0033	病院の通院、入退院 買い物や食事 用足し 旅行 家族・付き添い同乗OK	タクシー運賃 初乗り580円～ + 基本乗降介助料500円 外出時付添ヘルパー利用可能								
介護タクシー会津幸労人 (あいづコロニー)	83-0887 090-2607-3384 五十嵐 一雄	病院の通院、入退院 親戚、友人宅への訪問、交流 買い物や食事 会合、集会の参加の送迎 銀行、役所などの外出支援	基本料金 560円/1km 車いすの貸し出しOK								



## 交流(老人クラブ等)

・地区ごとに様々な活動をしております。

事業所名	担当者・連絡先	事業内容・料金	対象者
中央公民館	83-3010	ばんげ大学（月1回の活動） 体操、絵手紙、菓の飲み方や町の歴史の学 外出や出前講座あり 参加は都度希望 中・高校生による少年の主張大会傍聴等 年会費1,000円(保険、資料、講師代) 10月移動教室等：別途実費	60歳以上の住民（30年度より55歳以上） 中央公民館で申込み 4・5月に広報で募集
金上老人クラブ連合会 グランドゴルフ部会	金上コミセン 83-3538	毎週火曜日と木曜日 9：00～11：30 元金上小学校体育館 送迎は近所の方	地区老人クラブ会員
金上老人クラブ連合会 カラオケ部会	金上コミセン 83-3538	毎月6日 13：00～16：00	地区老人クラブ会員
金上老人クラブ連合会 手芸教室	金上コミセン 83-3538	年3回 7月・11月・3月	地区老人クラブ会員
金上老人クラブ連合会 私の茶の間 いっぶく	金上コミセン 83-3538	毎月1回 9：30～15：00 弁当代300円 金上コミセン 午前は運動など 午後はミニ運動会や芸能発表など	地区老人クラブ会員
新町寿楽会	大野 篤 83-0385	毎月第2土曜日 13：00～ 新町自治会館 体操・茶話会など	新町寿楽会会員
日曜陶芸教室	広瀬コミセン 83-2326	広瀬コミセン 陶芸室 指導者 菅 第2、第4日曜日（午前の部9：30～12：00 午後の部13：00～15：30） その都度1,000円程度（粘土代等）	陶芸に興味のある方
ともサロン	カフェダイニングとも 83-1544	毎週金曜日 15：30～16：30 無料 介護の悩みなどなみんなで打ち明けストレス発散。持ち込み自由で気軽に参加できる。	どなたでも
古坂下サロン	堀 尚子 83-2741	毎月1回 10：00～ 古坂下自治会館 体操・茶話会など	古坂下地区住民
サロン体操	佐藤チエ子 83-0761	第2・4木曜日 10：00～12：00 材料費などはその都度徴収 金銀交流サロン（保健福祉センター内） 体操・手芸・茶話会など	どなたでも
大田屋サロン	大田屋	昔ながらの駄菓子屋で、近所の方はもちろん、店の前にバス停があることで待ち時間を利用して店で買い物をし、店主と話をしたりお茶のみをしている。	どなたでも
寿ノ宮会	杉山初子 82-4114	月1回 13：00～16：00 200円 若宮コミセン 体操・茶話会など	若宮地区住民

交流(老人クラブ等)		・地区ごとに様々な活動をしております。	
事業所名	担当者・連絡先	事業内容・料金	対象者
ゆかいな仲間たち	山内幸子 82-3332	毎週第3月曜日 14:00~16:00 山内幸子さん宅 15年間続くサロン。大声で歌いながら体を動かし、終了後はお茶のみをする。	どなたでも
上條サロン	各々の自宅	ほぼ毎日、お互いの家を行き来しお茶のみをしている。お茶菓子を持ち寄ったり、野菜のおすそ分けなど支え合いながら生活している。	隣近所
勝方サロン	佐々木クニ子 82-3318	毎月15日 10:00~ 勝方会館 体操・茶話会など	勝方地区住民
青木サロン	二瓶敦子 82-3669	毎月1回 10:00~12:00 100円 青木集会所 体操・茶話会など	青木地区住民
竹座サロン	渡部卿一 82-3665	5人以上の団体に部屋を解放。食べ物は持ち込み自由。禁酒禁煙。ゴミ持ち帰り。 要予約 13:00~ 利用料500円(カラオケ歌い放題)	どなたでも
理容所サロン	伊関理容所 82-4125	営業日はいつでも 3代続いている床屋にほとんど毎日誰かしらお茶のみに来ている。店主も通りかかる人に「よっせー。」と言って気軽に声をかけている。昔懐かしい光景である。	どなたでも
八日沢サロン	五十嵐むつ子 82-3597	八日沢集会所に於いて年2回 10:00~14:00 300円 老人クラブの事業で年2回開催の予定を定期的で開催したいという住民の要望があり検討している。みんなで昼食を食べたり、体を動かしたり楽しんでいる。	八日沢地区住民
グラウンドゴルフ愛好会	川西コミセン 83-2601	毎週火曜日(冬期間休) 13:00~16:00 年会費1,000円 4月~10月川西地区以外の方も参加している。年に2回大会を開催してる。	どなたでも
よってぐ会	大竹ヨリ子 82-3118	積立をして年に1~2回 温泉旅行を実施	和泉地区住民
植田サロン	植田接骨院 85-8587	毎月第1水曜日 10:00~12:00 植田接骨院 体操・茶話会など	どなたでも
遊友サロン	酒井昭子 82-3477	毎月20日 10:00~12:00 (冬季間はお休み) 気多宮街なみ交流センター 体操・茶話会など	気多宮地区住民
高寺コミセンサロン	廣川好一 85-2616	月1回 10:00~12:00 100円 高寺コミセン 体操・茶話会など	高寺地区住民
おぢゃ、のまん処	社会福祉協議会 83-1368	毎月第2火曜日 10:00~11:00 参加費 100円 認知症の方、ご家族、認知症に感心のある方、気軽に話が出来るとの場 町保健福祉センター1階 金銀交流サロン	どなたでも

交流(老人クラブ等)		・地区ごとに様々な活動しております。	
事業所名	担当者・連絡先	事業内容・料金	対象者
談話室「ほしのらうんじ」	85-8020	タイ孤児支援事業協力費…2000円(星医院を受診された方、小学生以下は領収書提示で不要) 飲食物の持ち込み可能(ラウンジ内の飲み物はセルフで) 育児・介護の悩み相談受付 認知症カフェの開催	どなたでも
諏訪鉄サロン	加藤房江	鉄砲町自治会館に於いて年4回 10:00~14:00 鉄砲町自治会館 諏訪鉄寿楽会事業としてニュースポーツやお茶のみをして楽しんでいる。	諏訪鉄寿楽会会員
若宮交流サロン	杉山初子 82-4114	若宮コミセンにおいて月1回開催 10:00~12:00 運動指導士による運動 寿ノ宮会、中村サロン、勝方サロンのメンバーなどが交流のために立ち上げ、活動している	
コスモス会	鈴木和枝 83-3916	第1、第3火曜日 10:00~12:00 町保健福祉センター金銀交流センター DVDで太極拳、リズム運動などを実施。	どなたでも
八幡コミセンサロン	八幡コミセン 85-2619	月1回 第4水曜日 13:30~15:00 八幡コミセン 体操・笑いヨガ、健康マージャンなど	どなたでも
健康マージャン	社会福祉協議会 83-1368	毎週木曜日9:00~12:00 町保健福祉センター会議室 頭を使い、指先を使ったマージャンで認知症予防。マージャン経験者が初めての方にも分かりやすく指導してくれます。	どなたでも
健康マージャン(雀の会)	廣木由利子 83-1547	隔週金曜日13:00~16:00 参加費 100円 町保健福祉センター会議室 健康マージャン教室終了後に発足。現在10名で活動	どなたでも
新栄町・小原サロン	齋藤康徳 83-1547	月1回 10:00~12:00 中央公民館または健康管理センター 健康体操、茶話会など	どなたでも
大村サロン	鈴木清記 82-3237	月1回 10:00~12:00 大村自治会館 健康体操、茶話会など	どなたでも
ほっこりサロンポットマン in 中村	高波久子 82-3258	月1回 10:00~12:00 中村集会所 健康体操、茶話会、ざる菊植え・鑑賞会	どなたでも
健康マージャン(若宮)	若宮コミセン 83-3218	毎週金曜日9:00~12:00 若宮コミュニティセンター 頭を使い、指先を使ったマージャンで認知症予防。	どなたでも
健康マージャン(金上)	金上コミセン 83-3538	毎週火曜日9:00~12:00 金上コミュニティセンター 頭を使い、指先を使ったマージャンで認知症予防。	どなたでも
交流サロン「あんこや」	高久敏明 090-3361-1571	月曜日から金曜日 9:00~17:00 会津坂下町字東南町裏甲3968 コーポ桜 誰でも気軽に立ち寄り、リラックスできる空間としてオープン。無料Wi-Fi設置	どなたでも
七宝焼き教室	高久智恵子 83-6560	毎週木曜日 13:00~15:00 会津坂下町保健福祉センター(社会福祉協議会 作業室) 初心者もOK、見学もできます	どなたでも

地区コミュニティセンター		・高齢者向けの事業や体操を開催し健康で明るい地域づくりを目指します	
事業所名	担当者・連絡先	事業内容・料金	対象者
坂下コミセン	83-0522	みんなの茶の間 毎月第2第4木曜日 シルバースポーツ大会(寿楽会) 8月最終日曜日 歴史講座 座学2回 野外研修 1回 ものづくり講座(手工芸・表札等)	60歳以上の地区民
若宮コミセン	83-3218	若郷教室(年8回) 介護福祉支援事業等 (「こんな事業をやってみたい。」などございましたら、お気軽にご相談ください。)	地区住民 60歳以上の地区民
金上コミセン	83-3538	金上熟年大学(年5回) 町議会傍聴・昼食会 日帰り研修 そば打ち交流 健康講座	地区住民 60歳以上の地区民
広瀬コミセン	83-2326	熟年大学(H28.4～) 年間5～6回 会費はその都度徴収 広瀬歴史を学ぶ会 県内の古墳見学 みつばちキッズ 流しそうめん・高齢者との交流事業	地区住民 60歳以上の地区民
川西コミセン	83-2601	川西熟年講座(年会費1,000円) ニュースポーツ交流会・日帰り研修等 会員の要望に応じて、月1回程度活動 定例でカラオケ グランドゴルフ(月1回) ふれあいサロン 毎週火曜日 9:30～ 健康マージャン、将棋、マンカラなど 絵画教室・パッチワーク教室	地区住民 60歳以上の地区民 どなたでも
八幡コミセン	83-2619	健康講座(2回程度) つるし雛でひなまつり おやじ倶楽部(3回程度) グランドゴルフ大会 コミセンサロン 毎月第4水曜日 13:30～ 健康マージャン、アロマクラフト、健康体操 高齢者学級(3回程度)	地区住民 どなたでも
高寺コミセン	85-2001	高寺歴史・自然教室(年3回予定) 高寺文化財教室(8月・3月) 俳句愛好会(6/21 9:00～) 高寺地区グランドゴルフ大会(10月ごろ) 絵手紙 月1回定期開催(日程は未定) めざせ100歳健康サロン	地区住民 年齢・住所問わず 参加可能