

＊ はじめに ＊

少子高齢化や人口減少によって、世帯構造が変化する中、高齢者を取り巻く状況は変化してきました。

我孫子市の高齢化率は30.9%となり、高齢者の4人に1人が一人暮らしという状況です。また、高齢者のケアを担う家族の状況も変化しており、介護と子育て、仕事を両立するケースも増加しています。

そのような状況の中、これまで家族が担ってきたような、買い物や通院同行、ごみ出しや庭木の剪定など、「日常生活のちょっとした手助けがほしい」という声が高まってきました。

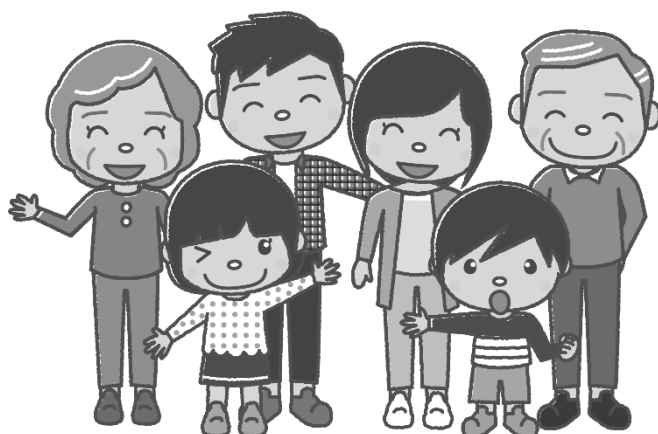
しかし、このような日常の手助けは、介護保険制度のような公的サービスで対応することが難しいのが現状です。

そこで、市全体の福祉について考える「我孫子市高齢者地域ささえあい会議」において、サービスや制度の隙間への対策を検討した結果、平成30年度に、日常の困りごとに対応できるサービスを冊子にまとめた「高齢者のための日常生活困ったときガイド」を発行しました。

今日では、高齢者から、身近な相談を受ける機会が多い、民生委員や自治会、ケアマネジャーなどの専門職の方々に、ご活用いただいていることから、内容をよりアップデートした、改訂版を発行することとなりました。

高齢者やその家族が住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最期まで送ることができる我孫子市となるよう、多くの方々にご活用いただけると幸いです。

最後に冊子の作成にあたり、ご協力いただきました企業・団体・商店・個人みなさまに心から感謝を申し上げます。



令和5年2月1日

我孫子市役所 健康福祉部 高齢者支援課

課長 中光 啓子

目 次

1. 見守り支援に関するサービス

見守りサービス	7～10 ページ
位置情報を知らせるサービス	10～11 ページ

*コラム①「もしも、認知症の高齢者がいなくなったら…？」 12 ページ

2. パソコン・スマートフォン等相談窓口

市内 ICT（情報端末を使ったコミュニケーション）支援団体	13 ページ
-------------------------------	--------

3. 電話を活用したつながりサービス

電話訪問サービス	14 ページ
お元気コール	15 ページ

*コラム②「消費生活センターについて」 15 ページ

4. ごみ出し支援に関すること

ごみ出し支援ふれあい収集事業	16 ページ
一般廃棄物（ごみ）収集運搬許可業者	17～19 ページ

5. 家事支援に関するサービス

①家事支援（市民活動団体等）	20～30 ページ
②家事支援（介護事業所等）	31～38 ページ
③家事支援・便利屋（民間企業等）	39～50 ページ
④配食サービス	51～59 ページ
⑤買い物支援、電気屋、クリーニング、燃料店、理髪サービス、理容・美容	60～72 ページ

6. 住環境に関するサービス

住宅リフォーム補助金	73 ページ
害虫駆除	74～76 ページ

*コラム③「飼い主の老後、ペットの行方は…？」 76 ページ

7. 外出に関するサービス

高齢者移送サービス・送迎バスの空席を活用した外出応援事業	77 ページ
運転免許証自主返納者優遇制度、車いす貸出事業（我孫子市役所 社会福祉課）	78 ページ
車いす・スロープの貸出（我孫子市社会福祉協議会）	79 ページ
移送サービス、福祉タクシー	80～89 ページ
一般タクシー（市内）	90 ページ
院内介助、付き添い（家事支援参照）	20～50 ページ
送迎を行う理容室・美容室（訪問送迎を行う理容室・美容室参照）	70～72 ページ

*コラム④「終活について」 90 ページ

8. 相談窓口

高齢者なんでも相談室、民生委員・児童委員	91～92 ページ
我孫子市社会福祉協議会	93 ページ

9. その他

あんしんカード	94 ページ
---------	--------

高齢者のための日常生活困ったときガイド 情報提供シート 95 ページ

我孫子市高齢者地域ささえあい会議とは 96 ページ



索引

1. 見守り支援に関するサービス

内 容	ページ
見守りサービス	7~10
位置情報を知らせるサービス	10~11

2. パソコン・スマートフォン等相談窓口

内 容	ページ
市内 ICT（情報端末を使ったコミュニケーション）支援団体	13

3. 電話を活用したつながりサービス

内 容	電 話 番 号	ページ
電話訪問サービス	我孫子北地区社会福祉協議会 04-7165-3434 我孫子南地区社会福祉協議会 04-7185-5117 天王台地区社会福祉協議会 04-7183-9009 湖北台地区社会福祉協議会 04-7188-1410	14
お元気コール	高齢者支援課 04-7185-1112	15

4. ごみ出し支援に関するサービス

事業所名 / 事業名	所在地	電話番号	ページ
ごみ出し支援ふれあい収集事業	湖	クリーンセンター 04-7187-0015	16
株式会社 大山清運	天	04-7184-2210	17
株式会社 花園サービス	市外	04-7132-6011	17
株式会社 千葉総業	市外	047-498-0805	18
社会福祉法人 つくばね会はるか	湖	04-7188-7594	18
株式会社 丸幸	市外	047-492-4899	18
株式会社 エコ・クル	布	04-7192-6368	19
株式会社 グリーンフォワード	湖	04-7187-8701	19

5. 家事支援に関するサービス

① 家事支援（市民活動団体等）			
事業所名 / 事業名	所在地	電話番号	ページ
我孫子市社会福祉協議会 住民参加型ホームヘルプ事業 あい・あびこ	我	04-7185-5889	20
グランレジデンス居住者会福祉分科会 お助けマン・ダベリ会	我	04-7184-0830	21
久寺家生活お助け隊	我	04-7179-1166 (久寺家近隣センター内)	22
マンションシティア自治会 シティアお助けネット	我	04-7182-2104	23
NPO 法人 ACOBA ホームサービス事業 愛称名：メルシー&メルシー	我	04-7181-9701	24
在宅福祉サービスまどか まどか独自サービス	天	04-7181-2567	25
多機能型事業所 エール我孫子 まごのてサービス	天	04-7190-5731	26
特定非営利活動法人 わごころ 市民活動みんなの輪	天	04-7181-0556	27
NPO 法人 あびこ・シニア・ライフ・ネット	湖	04-7197-3308	28
えんじょい新木野	湖	04-7188-7430	29
シルバーサポート 高齢者への生活支援	湖	080-5386-0492	30

（所在地：我→我孫子周辺 天→天王台周辺 湖→湖北・湖北台・新木周辺 布→布佐周辺）

② 家事支援（介護事業所等）

事業所名 / 事業名	所在地	電話番号	ページ
ヘルパーステーション つくし野 訪問介護・総合事業	我	04-7165-3566	31
ニチイケアセンター我孫子本町 ニチイライフ（家事代行）	我	04-7165-9191	32
セントケア我孫子 自費サービス	天	04-7183-1116	33
ママメイト本社 ママMATE（自費）サービス	天	04-7182-0950	34
ニチイケアセンター湖北台 訪問介護	湖	04-7181-5280	35
ウェルライフ介護サービス 自費サービス	布	04-7181-6800	36
株式会社 VIVA LA VIE 福祉ステーション『どーも』	布	04-7181-6790	37
(株)ヤックスケアサービス ヤックスあんしんサービス	市外	0120-395-558	38

③ 家事支援・便利屋（民間企業等）

事業所名 / 事業名	所在地	電話番号	ページ
合同会社 便利屋ほとむ 便利屋事業	我	0800-800-3018	39
株式会社 雷翔	天	04-7197-2986	40
(株)ブイ・マックス 便利屋業	天	04-7157-2094	41
我孫子市シルバー人材センター （植木の剪定、草刈り、障子網戸の張り替え）	湖	04-7188-2200	42
我孫子市シルバー人材センター ワンコインサービス	湖	04-7188-2200	43
ダスキンあびこ東支店 家事サービス	湖	0120-484-444	44
(株)サンプロジェクト （不用品回収、家財撤去・特殊清掃）	市外	0297-63-2311	45
パートナーズ(株)（そうじ他・家事支援業務）	市外	04-7170-1107	46
ダスキン豊四季支店 家事代行サービス	市外	0120-384-444	47
生活協同組合パルシステム千葉 家事代行サービス	市外	0120-978-617	48
生活協同組合コープみらい 千葉本部 くらしのたすけあいの会 「おたがいさま」	市外	0800-500-2647	49
有料職業紹介業 野田市家政婦紹介所	市外	04-7122-0608	50

（所在地：我→我孫子周辺 天→天王台周辺 湖→湖北・湖北台・新木周辺 布→布佐周辺）

④ 配食サービス

事業所名 / 事業名	所在地	電話番号	ページ
配食サービス（高齢者支援課 高齢者なんでも相談室）	我	04-7185-1112	51
ニコニコキッチン 我孫子店	天	04-7165-5611	52
宅配クック123 北総店	天	04-7193-8901	53
まごころ弁当 我孫子店	天	04-7184-4012	54
「ワタミの宅食」 千葉我孫子営業所	湖	0120-191-590	55
ふれあい弁当の会（社会福祉協議会）	我	04-7184-1539	56
生活協同組合パルシステム千葉	市外	0120-660-788	57
生活協同組合コープみらい コープデリ南柏センター	市外	0120-502-160	58
(株)ヨシケイ松戸	市外	0120-883-175	59

⑤ 買い物支援、電器屋、クリーニング、燃料店、理髪サービス、 理容・美容

内 容	ページ
買い物支援（ネットスーパー、宅配サービス）	60～61
買い物支援（宅配サービスを行う市内ドラッグストア）	62～64
買い物支援（生協の宅配サービス）	65
電器店（千葉県電気商業組合加盟店）	66
集荷・配達を行うクリーニング店	67
灯油を配達してくれる燃料店	68
理髪サービス（高齢者支援課）	69
訪問・送迎を行う理容室・美容室	70～72

（所在地：我→我孫子周辺 天→天王台周辺 湖→湖北・湖北台・新木周辺 布→布佐周辺）



6. 住環境に関するサービス

住環境に関するサービス			
事業名 / 市役所担当課	電話番号	ページ	
住宅リフォーム補助金 / 建築住宅課	04-7185-1111 内線 601	73	
害虫駆除			
事業所名 / 事業名	所在地	電話番号	ページ
野口株式会社 介護ショップ「ハーティケア」我孫子店	我	04-7181-8033	74
蜂バスターズ	天	080-8422-4420	74
(株)タロック 蜂の退治屋さん	湖	080-7752-0650	75
ダスキン豊四季支店 害虫駆除サービス	市外	0120-384-444	75
東京企業 株式会社 船橋営業所	市外	047-496-6315	76

(所在地：我→我孫子周辺 天→天王台周辺 湖→湖北・湖北台・新木周辺 布→布佐周辺)

7. 外出に関するサービス

内容	電話番号	ページ
高齢者移送サービス	高齢者支援課 04-7185-1111	77
送迎バスの空席を活用した外出応援事業	道路課 04-7185-1369	77
運転免許証自主返納者優遇制度	道路課 04-7185-1369	78
車いす貸出し事業（車いす貸出 1年以内）	社会福祉課 04-7185-1113	78
車いす・スロープの貸出（車いす貸出 1ヶ月以内）	社会福祉協議会 04-7184-1539	79
移送サービス、福祉タクシー	一覧表参照	80~89
一般タクシー（市内）	一覧表参照	90

※院内介助・付き添い→「家事支援」をご覧ください。（20~50 ページ）

理容・美容（訪問・送迎）→「訪問・送迎を行う理容室・美容室」（70~72 ページ）をご覧ください。



8. 相談窓口

内 容	電 話 番 号	ページ
我孫子北地区高齢者なんでも相談室	04-7179-7360	91
我孫子南地区高齢者なんでも相談室	04-7199-8311	91
天王台地区高齢者なんでも相談室	04-7182-4100	91
湖北・湖北台地区高齢者なんでも相談室	04-7187-6777	92
布佐・新木地区高齢者なんでも相談室	04-7189-0294	92
我孫子市高齢者なんでも相談室	高齢者支援課 04-7185-1112	92
民生委員・児童委員	社会福祉課 04-7185-1113	92
我孫子市社会福祉協議会	04-7184-1539	93

9. その他

内 容	電 話 番 号	ページ
あんしんカード（緊急医療情報カード）	社会福祉協議会 04-7184-1539	94

高齢者のための日常生活困ったときガイド 情報提供シート	95 ページ
我孫子市高齢者地域ささえあい会議とは	96 ページ

コラム

内 容	ページ
コラム①「もしも、認知症の高齢者がいなくなってしまうたら…？」	12
コラム②「消費生活センターについて」	15
コラム③「飼い主の老後、ペットの行方は…？」	76
コラム④「終活について」	90

1. 見守り支援に関するサービス

◆見守りサービス◆

離れて暮らす家族を見守るサービスをご紹介します。家族の見守りを検討されている際にご参考にしてください。

※事業所ごとに見守りの形態や利用方法、料金等は異なります。また、掲載している料金等に関して変更となることもございます。利用を検討する際には、資料請求など事業所へお問い合わせいただき、ご利用ください。

名称	事業所名	連絡先
	サービス内容	
	料金	
郵便局のみまもりサービス	日本郵便株式会社	お近くの郵便局にお問い合わせください。
	①みまもり訪問サービス…郵便局社員等が毎月1回訪問し、生活状況を確認して、その結果をご家族等へメール等でお知らせするサービスです。 ②みまもりでんわサービス…毎日指定の時間に電話で体調確認を行います。数字のボタンを押すことでその日の健康状況をご家族等へメールでお知らせするサービスです。	
	①2,500円/月 ②固定電話…1,070円/月 携帯電話…1,280円/月 ※オプションで駆けつけサービス付帯可。880円/月～ ※①と②のセット割引あり。 ※表示価格は全て税込です。	
①見守りサービス (もしものたより) ②くらし見守りサービス 「親の見守り」	東京ガス	0120-117744 9:00～17:00 (日・祝日を除く)
	①毎日使用するドアの開閉をセンサーが感知し、24時間開閉がなければ、安否確認の電話。確認が取れない場合、家族などへメールでお知らせ。 ②センサーのついた扉が開閉する毎、家族が確認したいときに扉の開閉状況をスマートフォンのアプリで確認できる。 ※身体の心配事も電話相談可。(本人・家族も) サービス提供エリア(東京・神奈川・千葉・埼玉)	
	①990円/月 ②980円/月+初期費用9,000円～	

名称	事業所名	連絡先
	サービス内容	
	料金	
あんしんテレちゃん	NTTテレコン株式会社	0570-002902
	LPガス利用者対象。見守られる方宅に固定電話（一般電話回線）が必要、またガス会社の承諾が必要。 見守られる方宅のガスメーターの数値を、一日一回センターから検針し、ガスの使用量を家族等にメールでお知らせ。	
	790円/月（税抜）+初期費用23,000円（税抜） （※ただし、通信機器がガス会社にて設置されている場合、990円/月（税抜）、初期費用無料）	
クロネコ見守りサービス （ハローライト訪問プラン）	ヤマト運輸株式会社	0120-54-5425
	トイレや廊下など毎日使用する電球を「ハローライト電球（LEDとSIMが一体化したIOT電球）」に交換（Wi-Fi不要・工事不要）。前日9:00～当日8:59の間に電球のON/OFFの確認ができない場合、異常を検知。当日9:00～10:00の間に家族等にメールで通知が届く。 家族等からの依頼がある場合は、ヤマト運輸スタッフが代わりに訪問。 ※ホームページからの申し込み可能。 ※UR賃貸住宅居住者については、お住まいのUR都市機構住まいセンターへご確認ください。	
	1,078円/月	
Enrich 見守りサービス （LINEを使ったサービス）	特定非営利法人 エンリッチ	050-3702-5355
	スマートフォンによるLINE登録が必要。 日常の「もしも」を早期に発見するための確認・通知サービス。 安否確認の頻度・確認通知の時間帯を設定し、設定した頻度で送信される安否確認で、確認が取れない場合、再度確認通知が送られ、3時間以上経過しても確認が取れない場合に直接連絡をする。 もしもの場合は、家族等へ連絡が入る。	
	無料 ※その他、有料でのLINEを使った見守りサービスの展開あり。	



<https://www.enrich/tokyo>

※LINEの「Enrich見守りサービス」お友だち登録が必須。
下記二次元コードよりお友だち登録ができます。



友だち追加

名称	事業所名	連絡先
	サービス内容	
	料金	
みまもりサポート	ALSOK 総合警備保障株式会社 柏支社 我孫子営業所	04-7181-5560 (平日9:00~18:00)
	緊急通報の機器を設置。 相談ボタンで24時間いつでも健康相談可能。緊急ボタンで体調が悪いときなどは駆けつける。 ※熱中症注意喚起と緊急速報メールの受信を読上げあり。 ※緊急通報の機器以外にセンサー付きカメラでの見守りもあり。(別途料金)	
	買取料金…1,870円/月(+工事費13,200円・機器費52,800円) ・レンタル料金…2,750円/月(+工事費13,200円) ・初期費用等なし料金…2,970円/月	
セコム・ホームセキュリティ (親の見守りプラン)	セコム(株) 柏統轄支社	04-7167-8121
	<ul style="list-style-type: none"> ・救急通報サービス:「ペンダント型救急ボタンでセコムに通報。」 ・火災監視サービス:「火災信号をセコムに送信。」 ・防犯サービス:「泥棒の侵入をセコムに通報。」 ・安否みまもりサービス:「生活動線上の動きを確認。」 ・電話健康相談サービス:「24時間、看護師がお答え。」 その他、専用アプリ「いつでもみまもりアプリ」でご家族がスマホから見守ることもできます。	
	4,840円/月(+工事料48,400円) ※すべて税込 ※「スマートNEO」、5年レンタル契約の場合。 ※別途保証金20,000円(非課税) ※機器お買い取りのプランもございます。 ※センサーの種類・個数によって料金が異なります。	
MaBeee みまもり電池	ノバルス株式会社	03-4405-8866
	テレビリモコン等、単三電池を使用する家電にみまもり電池を入れ替えて使用。家電の使用を検知し、家族等にスマートフォンアプリで通知。単三電池型の電池ケースなので中の単四電池を交換して繰り返し利用可能。	
	1,078円/月(※本体3,278円)	

名称	事業所名	連絡先
	サービス内容	
	料金	
いまイルモ	株式会社 ソルクシーズ	03-6722-5716
	見守られる方の自宅のトイレや寝室、リビング等にセンサーを設置、見守る側は、スマホやタブレット、パソコンなどからセンサーが感知した所在場所や温度、湿度、照明等の状況を確認できる。設定した時間反応が無い場合や、設定した温度を超えた場合はメール通知される。 ※オプションセンサーで外出（徘徊）も検知可能。	
	設置する場所のインターネット環境により、価格が変動。利用する際は、お問い合わせのうえ、見積もりをお取りください。	
みまもりほっとライン	象印マホービン 株式会社	0120-950-555 受付時間（月～金）9:00～17:00
	無線通信機を内蔵した電気ポットを毎日使うだけで離れて暮らすご家族の見守りができる。1日2回使用状況をあらかじめ任意に決めた時間に、家族などへメール。設置工事やインターネット・Wi-Fiは不要。1ヶ月ご利用料無料ご案内中。（キャンセルの場合は、初期費用を返金致します。） ※心臓用ペースメーカー及び植込み型除細動器をお使いの方は使用不可。	
	初期費用 5,500 円（ポット代金含む）/月使用料 3,300 円	

◆位置情報を知らせるサービス◆

高齢者のひとり歩き（徘徊行動等）があった時に家族等がパソコンなどの端末から居場所を調べることができるサービスのご紹介。

名称	事業所名	連絡先
	サービス内容	
	料金	
みまもりタグ （みまもりパック）	ALSOK 総合警備保障株式会社 柏支社 我孫子営業所	04-7181-5560 （平日 9:00～18:00）
	見守りタグにひもを通して身に着ける、専用の靴に入れておくことで位置履歴を専用のアプリで確認できる。 みまもりタグ 1 個＋感知器 1 台。 ※専用の靴については、サイズにより費用が異なります。 （8,500 円～12,000 円程度）	
	2,200 円/月（出勤は追加料金あり。3,300 円/回）	

名称	事業所名	連絡先
	サービス内容	
	料金	
ココセコム ^{ひとよう} (人用)	セコム(株) 柏統轄支社	04-7167-8121
	<ul style="list-style-type: none"> ・位置チェック：web画面またはスマホアプリでGPS端末の現在位置の取得が可能。有料で電話による位置確認サービスも受けられる。 ・セコムかけつけ：有料でセコムの緊急対応員が駆けつけ、発見後のフォローも可能。 ・その他：スマホアプリにより、一定エリアからの出入り通知を行う「エリア出入り通知」、Wi-Fi圏内の出入り通知を行う「おでかけ通知」など便利機能を利用できる。 	
基本料金 1,320 円/月 ※すべて税込 ※3 年契約 以後 1 年毎の自動更新 (本体はレンタル) ※別途加入料金 4,950 円/台 ※標準充電器 2,750 円/個 ※電話による位置チェック 220 円/回 ※セコムかけつけ 11,000 円/回 (1 時間を超える場合は、1 時間まで毎に 11,000 円が必要です。)		
セコムみまもりホン	セコム(株) 柏統轄支社	04-7167-8121
	<ul style="list-style-type: none"> ・救急通報：具合が悪くなったときなど、救急ブザー用ストラップを引っぱるだけで、セコムに救急通報できます。 ・安否確認：ご利用者による安否確認のボタン操作の結果が、離れて暮らすご家族にメールで届きます。 ・救急情報お預かり：持病や服用中のお薬などの救急情報をお預かりし、119 番通報した際、その情報を専用端末に表示します。 ・位置検索：ご利用者がどこに居るか、専用のホームページにアクセスして、位置情報を確認できます。 ・電話健康相談：24 時間いつでも無料で、セコムの看護師と電話で話せます。 ・現場急行：ご利用者の救急通報時や安否確認が取れなかった場合※近くの拠点からセコムが迅速に駆けつけます。 ※安否確認ができない場合など、ご要請に応じてセコムがご利用者の状況を確認します (有料)	
※すべて税込 加入料金 11,000 円/台 基本料金 2,420 円/月 現場急行料金 <ul style="list-style-type: none"> ・救急時のご自宅への駆けつけ 無料 ・ご自宅以外への駆けつけ/要請によるご利用者の様子確認/救急時以外の対応が生じた場合 11,000 円/回 (1 時間まで) 位置情報提供料金 (オペレーター対応) 220 円/回 (スマートフォンやインターネットでの位置検索は無料) 通話料金 17.6 円/30 秒 (毎月最大 27 分間分無料)		

コラム①「もしも、認知症の高齢者がいなくなったら…？」

我孫子市では、「高齢者や家族が住み慣れた地域で安心してらせる地域づくり」を目指しており、たとえ認知症になっても安心して外出ができるための仕組みづくりを進めています。

…とはいえ、家族は、「行方不明になっているかも」、「交通事故でも起こしたら」と心配ですよね…。そこで、我孫子市では次のような仕組みがあります。

●SOS ネットワーク事業

認知症の高齢者が行方不明となったとき、ご家族等から我孫子警察への要請をもとに、防災無線で行方不明の高齢者等に関する情報を提供し、捜索を依頼します。併せて、市内の福祉事業所等への連絡とともに市政メールや市の公式ラインを通じて捜索を依頼します。

●認知症高齢者見守りシール交付事業

家族が登録した連絡先等の情報を携帯電話等で読み取ることができる二次元コードが印字されたラベルシールです。衣服や靴・杖などの持ち物に貼って使用します。

ひとり歩き（徘徊）が見られる高齢者等を発見した第三者が、見守りシールに印字された二次元コードを読み取ることで、家族と通信できます。

*対象者：次のいずれにも当てはまる方

- ・住民基本台帳法（昭和42年法律第81号）に基づく本市の住民基本台帳に記載される在宅の者。
- ・認知症等ひとり歩き（徘徊）により、警察への相談、通報又は保護されたことがある者

（※65歳未満の若年性認知症の方も対象です。）

★上記の活動を広めるために、皆様には市政メール及び市の公式ラインの登録をお願いします。



市政メール
（登録用空メール）
二次元コード



公式ライン
二次元コード

2. パソコン・スマートフォン等相談窓口

パソコンやスマートフォン等は日常生活において、大変身近な存在となっており、インターネット等ICT（情報端末を使ったコミュニケーション）を活用することで、より便利に、より楽しく日常生活を送ることができるようになり、利用する高齢者も増えてきております。

しかしながら、利用する中で、うまく操作がいかないな…、説明書を読んでも難しい…、どのボタンを押せばよいのか分からない…など、“困ったな。”という場面があるかと思えます。

そこで、我孫子市にはICTを活用し、活動されている団体があり、講座や個別相談を受けてくださいます。お困りの際には、ご相談をしてみてください。

※相談料金等については、お問い合わせの上、ご利用ください。

NPO法人
パソコン楽しみ隊
電話
080-3280-2469
メール
info@pasotai.org
ホームページ
<https://pasotai.org/>

NPO法人あびこ・シニア・
ライフ・ネット
電話
04-7197-3308
メール
asln.digital.ps@gmail.com
ホームページ
<https://www.asln1.com/>



グループ
ハマダ・ヤマダ
電話
050-6867-9040
メール
g.handy.abiko@gmail.com

多機能型事業所
エール我孫子
電話
04-7190-5731
メール
info-abiko@yell-abiko.com
ホームページ
<https://yell-abiko.com/>

また、我孫子市では、各地区高齢者なんでも相談室や各地区社会福祉協議会でも高齢者向けパソコン・スマートフォン講座を開催しております。ぜひ、ご活用ください！！

詳しくは、社会福祉協議会のホームページ、広報あびこ、または市のホームページ、公式LINE等をご参照ください。

3. 電話を活用したつながりサービス

◆電話訪問サービス

サービス概要	4ヶ所の地区社会福祉協議会において、ボランティアによる定期的な電話訪問活動を行っています。安否の確認、孤独感及び不安感の解消等をはかっています。 ※詳細は、各地区社会福祉協議会にお問い合わせください。
対象者	ひとり暮らしの高齢者
利用料	無料
問合せ先	我孫子北地区社会福祉協議会 04-7165-3434 我孫子南地区社会福祉協議会 04-7185-5117 天王台地区社会福祉協議会 04-7183-9009 湖北台地区社会福祉協議会 04-7188-1410 ※月～金 9:00～16:00

3. 電話を活用した
つながりサービス

※地区社会福祉協議会とは…

地区社会福祉協議会は、地域福祉活動の「実践」と「支援」の両面を持ち合わせた地域福祉の推進における中心的な住民組織です。

市内6地区に事務所があり、それぞれの地区の住民が活動の担い手となり、様々な地区の福祉課題を見つけ、地域福祉ネットワークで連携・協力して、地区の実情に合った福祉活動（課題解決に向けた取組み）を実施しています。



◆お元気コール

サービス概要	地区の高齢者なんでも相談室より定期的に電話連絡し、安否を確認するとともに生活上の不安を和らげます。
対象者	高齢者のみの世帯又は介護者が就労等で12時間以上不在となる方
利用料	無料
問合せ先	我孫子市役所 高齢者支援課内 高齢者なんでも相談室 (04-7185-1112) または 各地区の高齢者なんでも相談室 (91~92 ページ参照)

3. 電話を活用した
つながりサービス

コラム② 「消費生活センターについて」

消費生活センターでは、消費生活に関する消費者からの苦情や相談について、みなさんと共に考え解決していくためのお手伝いをします。

次のような時は、遠慮なくご相談ください。

- 業者が突然やってきて、屋根や床下の点検を勧められ、気付いた時には高額な修理の契約をしていた。
- 身に覚えのない料金等の請求ハガキやメールが届いた。
- 格安の日用品や食品を買い、健康に関する話を聞きに通っていたら、そのうちに高額な健康食品や健康器具を注文させられていた。
- 多重債務で返済が滞ったり税金を滞納したりしている。等。。。



●お問合せ先

我孫子市消費生活センター（我孫子市役所 商業観光課）

我孫子市本町 3-2-1（我孫子駅南口 アビイクオーレ2階） 04-7185-0999

受付時間：月～金曜日、第2・4土曜日（祝休日・年末年始を除く） 10:00～17:30 まで

対象者：我孫子市内在住・在学・在勤の方

*ご来所・お電話での相談のみ、メール・手紙・FAXでの相談は受付ておりません。

*土曜日（第2・4以外）、日曜日、祝日のご相談は、

『消費者ホットライン』をご利用ください。電話：188番（いやや!）

4. ごみ出し支援に関するサービス

◆ごみ出し支援ふれあい収集事業

サービス概要	ごみや資源をごみ集積所まで出すことが困難で、他に協力が得られないひとり暮らし高齢者や障害者の方々に対し、声掛けを行いながらごみや資源を戸別収集する「ひとり暮らし高齢者等ごみ出し支援ふれあい収集事業」を実施しています。
対象者	ごみや資源をごみ集積所まで出すことが困難で、他に協力を得ることが困難な要支援・要介護認定された高齢者世帯や障害者のみの世帯などの方
問い合わせ先	我孫子市役所 クリーンセンター指導係 (04-7187-0015)

～我孫子市役所 クリーンセンターよりご案内～

気をつけて！！ご家庭の廃棄物を回収できるのは
『一般廃棄物処理業の許可』を持つ業者です！



ご家庭のごみは市区町村の責任の下で処理をする必要があります。市区町村の許可や委託を受けずにご家庭のごみを回収業者が収集することは認められていません！！

「いらなくなった家電、粗大ごみを無料回収します。」等アナウンスをしながら巡回して回収する、空き地で回収している、チラシ配布・インターネット等で広告している業者の中には無許可で回収している業者もいます。

「無許可」の廃棄物回収業者へ廃棄物の処分の依頼ができない理由は、法を守った適正な処理が確認できてないからです。（例えば、不法投棄や不適正処理、その他、高額な処理料金を請求されてしまうなど…。）

「産業廃棄物処理業の許可」や「古物商の許可」を持っていたとしてもご家庭の廃棄物に関して回収はできません。

ご家庭の廃棄物を回収できるのは、「**一般廃棄物処理業の許可**」を持つ業者に限ります。

※産業廃棄物処理業の許可は、工場や企業の廃棄物を処理するための許可です。

古物商の許可については、中古品等の売買を行うための許可です。

ご家庭の不用品の回収や処分について、迷ったときは、クリーンセンターへご相談ください！！

◆一般廃棄物（ごみ）収集運搬許可業

市内の一般廃棄物（ごみ）の収集・運搬は、市の許可業者に依頼してください。

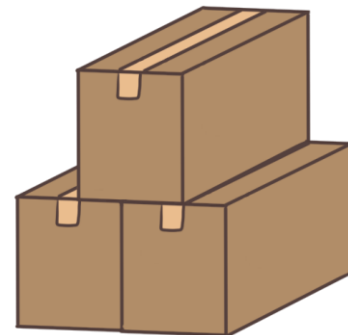
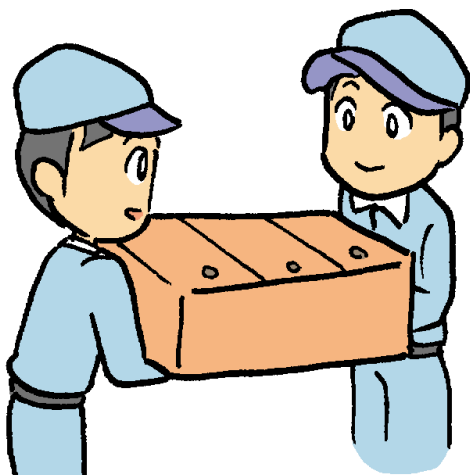
※料金は、ごみの量や住居の階数などの状況により、変わりますので、事前にご相談のうえ依頼してください。

事業者名	住所	電話番号	営業時間
			定休日
株式会社 大山清運	柴崎 167-1	04-7184-2210	8:30~17:00
			第2土曜日、日曜日、 祝日、年末年始
サービス内容			
<ul style="list-style-type: none"> ・戸別のごみ回収 ・不用品の処分、粗大ごみの処分、生前整理、家の中の片付け、遺品整理、多量ごみの処分や分別のお手伝い →都度見積もりの上、ご相談させていただきます。 ・水回りトラブル (浄化槽清掃やトイレ・流し台の詰まり直し高圧洗浄等) 			
事業者名	住所	電話番号	営業時間
			定休日
株式会社 花園サービス	柏市柏 296	04-7132-6011	9:00~18:00
			土曜日、日曜日、祝日
サービス内容			
 <ul style="list-style-type: none"> ・戸別のごみ回収 ・不用品の処分、粗大ごみの処分、生前整理、家の中の片付け、遺品整理 →都度見積もりの上、ご相談させていただきます。 ・LINE アカウントあり。詳しくは左の「二次元コードよりホームページをご覧ください。 			



事業者名	住所	電話番号	営業時間
			定休日
サービス内容			
株式会社 千葉総業	白井市平塚 2766	047-498-0805	8:00~17:30
			日曜日
<ul style="list-style-type: none"> ・戸別のごみ回収 ・不用品の処分、粗大ごみの処分、生前整理、家の中の片付け、遺品整理 <p>→都度見積もりの上、ご相談させていただきます。</p> <p>※トラブル防止の観点から、貴重品の仕分けは事前に対応をお願いしております。</p> <p>処分品が多い場合は、出張見積もりを無料で対応します。</p>			
事業者名	住所	電話番号	営業時間
			定休日
サービス内容			
社会福祉法人 つくばね会 はるか	中里 324-20	04-7188-7594	9:00~15:00
			土曜日、日曜日、祝日
<ul style="list-style-type: none"> ・戸別のごみ回収 ・不用品の回収、粗大ごみの回収、生前整理、家の片付け <p>→基本料金は 1時間 4,000円～。</p> <p>見積もり無料です。ご相談ください。</p>			
事業者名	住所	電話番号	営業時間
			定休日
サービス内容			
株式会社 丸幸	白井市神々廻 1670-1	047-492-4899	9:00~17:00
			土曜日、日曜日、祝日
<ul style="list-style-type: none"> ・戸別のごみ回収 ・不用品処分（例…軽トラック1台分 16,000円～） ・粗大ごみ処分 ・生前整理・家の中の片付け ・遺品整理 ・その他（草刈り、剪定） 			

事業者名	住所	電話番号	営業時間
			定休日
株式会社 エコ・クル	新木野 2-1-9	04-7192-6368	8:30~17:30
			土曜日、日曜日、祝日
サービス内容			
<ul style="list-style-type: none"> ・戸別のごみ回収 ・不用品の処分、粗大ごみの処分、生前整理、家の片付け、遺品整理（遺品整理士の資格有）、多量ごみの処分や分別のお手伝い ・その他、家屋解体及び土地建物売却相談、リフォーム工事、特殊清掃、屋外のごみ処分、草刈り、樹木伐採など <p>* 株式会社エコ・クルホームページ：https://eco-cle.com/</p>			
事業者名	住所	電話番号	営業時間
			定休日
株式会社 クリーンフォワード	湖北台 9-16-10	04-7187-8701	9:00~17:00
サービス内容			
<ul style="list-style-type: none"> ・戸別のごみ回収 ・不用品の処分、粗大ごみの処分、生前整理、家の中の片付け、遺品整理、多量ごみの処分や分別のお手伝い その他、草刈り、樹木伐採、家屋解体、ハウスクリーニング <p>→都度見積りの上、ご相談させていただきます。（無料）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・一般廃棄物処理業、産業廃棄物収集運搬業許可保有。 ・廃棄物のことなら何でもご相談ください。 			



5. 家事支援に関するサービス

① 家事支援（市民活動団体等）

事業所名	我孫子市社会福祉協議会
事業名	住民参加型ホームヘルプ事業 あい・あびこ
電話番号	04-7185-5889
住所	我孫子市我孫子1861
営業時間 / 定休日	月曜日～金曜日 9:00～17:00 (祝日、年末年始を除く)
利用料金	月～金 9:00～17:00 最小限 1時間 1,000円 その後 30分毎に 500円 上記以外の時間・土日祝 最小限 1時間 1,100円 その後 30分毎に 550円 入会金 1,000円
活動範囲	我孫子市内
サービス内容	対象者：市内在住の高齢者、障害者、一人親世帯及び病気やケガなどで家事が困難な方、産後間もないお母さん 内 容：食事作り・掃除・洗濯・買い物・お話し相手・代筆・代読・投薬の受け取りなど

※R5年4月より、名称やサービス内容が一部変更となります。

事業名「住民参加型助け合いの会 あい・あびこ」

サービス内容・家事サポート

- ・寄り添いサポート
- ・お出かけサポート
- ・ごみ出しサポート
- ・ちょこっとサポート



事業所名	グランレジデンス居住者会福祉分科会
事業名	お助けマン、ダベリ会
電話番号	04-7184-0830
住所	我孫子市我孫子 2-1
営業時間 / 定休日	随時
利用料金	100 円（1 時間あたり）
活動範囲	原則としてマンション内
サービス内容	<p>○お助けマン～都度申込 粗大ゴミ搬出、家具の移動・組み立て、電球交換、通院付き添い、買物代行、簡単なスマホ・パソコン相談 他</p> <p>○ダベリ会～月 2 回開催、誰でも出席可 生活や健康に関する諸問題を話し合い、解決策も含め情報交換する。多数の居住者が関係する場合は、解決策を検討し居住者会・管理組合へ提案する。</p>



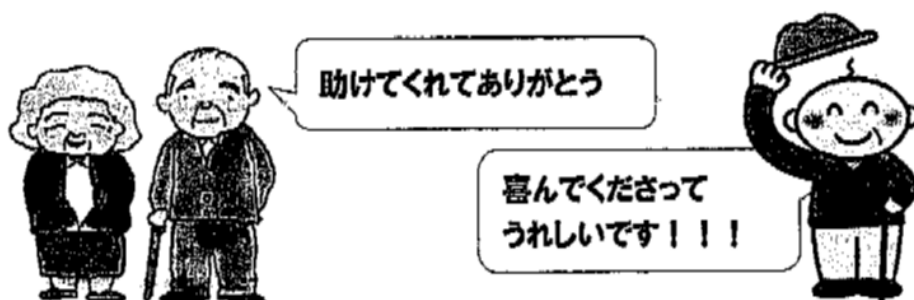
事業所名	久寺家生活お助け隊
事業名	高齢者・体に不自由を覚えている方を対象に生活のサポートをする
電話番号	04-7179-1166
住所	我孫子市久寺家686-5 久寺家近隣センター内
営業時間 / 定休日	10:00~15:00 定休日：久寺家近隣センターの閉館日
利用料金	1人1時間を単位に500円
活動範囲	久寺家地区まちづくり協議会に所属する六自治会 (久寺家自治会、土谷津自治会、久寺家マンション自治会、久寺家三菱自治会、久寺家二丁目自治会、日新自治会)
サービス内容	①庭木の水やり ②庭の草取り ③簡単な庭木の手入れ ④電球の交換等(簡単な電気関係の修理) ⑤パソコン・スマホの指導 ⑥除雪 ⑦買い物支援 ⑧繕い物 ⑨ごみ捨て・ごみ当番

同じ地域に生活する者が、互いに助け合い、交流を深めることで「安心して暮らせる街・高齢者にやさしい街」を目指して活動しています。

私たちの住む久寺家地区は、高齢化が進み日常生活の中で気軽にちょっと助けが欲しい……昔の言葉にある「向こう三軒両隣」的気軽さで身近に生活をサポートする組織がほしい……この要請に応え活動しています。

依頼者が元気な時は、自分でできた仕事の内容(仕事の質・量)であるが、高齢となり、助けが欲しい……こんな時、お助け隊が伺います。

依頼する側・依頼を受ける側は互いの善意と真心で成り立つ活動です。



事業所名	マンションシティア自治会
事業名	シティアお助けネット
電話番号	04-7182-2104
住所	我孫子市我孫子2-5
営業時間 / 定休日	随時
利用料金	0円 但し自治会から利用1回あたり活動補助費受領
活動範囲	マンションシティア内
サービス内容	<p>【サービス内容】 電球交換、話し相手、ゴミだし、PC困り事対応、病院付添、買物手伝い、居住内故障品交換等</p> <p>【サービス提供条件】 危険行為でない作業、行政が行うサービスは不可、自家用車使用しなくても良い作業、子育てサービスは不可、留守宅内サービスは不可、恒常的に発生しない作業</p> <p>【対応条件】 個人的なお礼受領禁止、サービス提供中の政治・宗教の勧誘物品販売行為は禁止、現金を預かる際は「預かり書」を利用者に渡す、訪問時は女性含めた複数者で対応</p> <p>【利用の流れ】 フロント備付の利用申込書へ記載の上フロントへ提出 ⇒フロントから支援者連絡網へ連絡 ⇒支援者連絡網の担当者は支援者リストから支援可能な人を探す ⇒支援可能者が訪問</p>



事業所名	NPO法人 ACOBA
事業名	ホームサービス事業（愛称名：メルシー&メルシー）
電話番号	04-7181-9701
住所	我孫子市本町3-4-17
営業時間 / 定休日	月曜日～金曜日 9:30～16:30 定休日：土曜日、日曜日、年末年始、祝日
利用料金	剪定・草刈 2,500円～／1時間以内 ※作業の種類・状況により変動があります。
活動範囲	我孫子市内
サービス内容	高齢者への地域支え合いを事業目的とした、住民主体での有償ボランティアサービス活動です。 介護保険対象外生活支援で日常生活での困った！にお応えします。 （事例：庭木の剪定・草刈、家具の移動や片付け他）

困ったときはお互いさま、今できるサポーター（協力会員）さん募集中です！

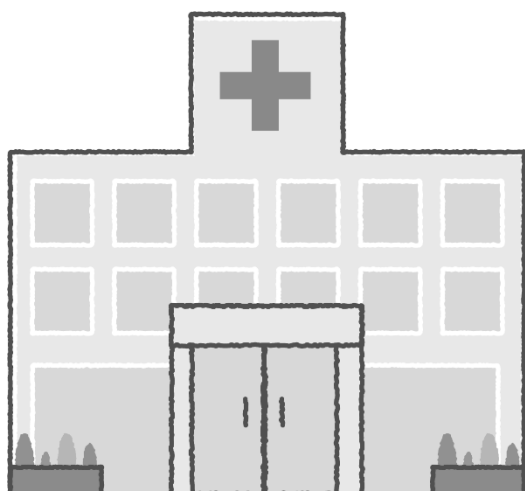


事業所名	在宅福祉サービスまどか
事業名	まどか独自サービス
電話番号	04-7181-2567
住所	我孫子市天王台2-3-1-101
営業時間 / 定休日	月曜日～金曜日 9:00～17:00 定休日：祝日、年末年始（12月29日～1月3日）
利用料金	会員登録料 2,000円 1時間 1,200円 上記時間外は100円増し、出張料300円
活動範囲	我孫子市内
サービス内容	高齢者や心身に障害をお持ちの方、病気の方などの生活を快適にするための福祉サービスです。 介護保険外の介護や家事サービスのご要望に、会員方式（有料）で柔軟に対応しています。介護保険と合わせてご利用になれます。



事業所名	多機能型事業所 エール我孫子
事業名	まごのてサービス
電話番号	04-7190-5731
住所	我孫子市天王台3-22-10 天王台岩佐ビル2F
営業時間 / 定休日	11:00 ~ 15:00 定休日：土曜日、日曜日、祝日、年末年始
利用料金	【お見積りにて決定いたします。】 例えば ・スマホやパソコンでわからないことがあるから 来て欲しい（1,000円/30分） ・家具の廃棄を手伝って欲しい （廃棄料および1,000円/30分）など ※30分で1,000円を目安としています。
活動範囲	我孫子市内
サービス内容	高齢者の日常にひそむ困りごとを、地域で支えあって解消することで、高齢者のさまざまな孤立化も予防・解消することを目的としたサービスです。 「かゆいところに手が届くサービス」をモットーに、ちょっとしたお手伝いを引き受けます。 近くに住む家族に来てもらうほどでもないし、近所の人をお願いするわけにもいかない困りごとがあれば、一度ご相談ください。 まごのてサービスがお役に立てるかもしれません。 ・ゴミをゴミ捨て場まで捨てるのが難しい ・扇風機やストーブをしまえなくて一年中出しっぱなし ・掛け時計の電池を交換したいけど届かない などのちょっとした困りごとにお悩みでしたらご相談ください。 ※「地域の困りごとに役立ちたい」という有志が集まって行うサービスですので、お引き受けできない依頼もございます。

事業所名	特定非営利活動法人 わごころ
事業名	市民活動みんなの輪（有償ボランティア）
電話番号	04-7181-0556
住所	我孫子市柴崎台2-8-10 坂入ビル2F
営業時間 / 定休日	月曜日～金曜日 9:00～18:00
利用料金	介護サービス 1,600円/1時間（＋交通費など） （受診同行、短時間の外出同行など） 生活サービス 1,500円/1時間（同上） （定期的な部屋の掃除等は基本不可だが要相談） 大掃除・草刈り等 1,600円/1時間（同上） （事前に状況確認してから可否判断します） 入会金 1,000円 詳細はお問合せください。
活動範囲	主に我孫子市内
サービス内容	<ul style="list-style-type: none"> ・介護保険外のサービスを希望される高齢者等で、「なんでも相談室」、「各ケアマネジャー」、「各施設の相談員」などからの依頼によること。 <p><u>（直接の依頼はお受けできません。）</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ・コーディネーターが面接し、利用可能な状況であることが確認できましたら利用登録となります。



事業所名	NPO法人 あびこ・シニア・ライフ・ネット
事業名	①ICT（パソコン、スマホ、タブレット）支援事業 ②便利屋事業 ③防災・防犯事業
電話番号	04-7197-3308
住所	我孫子市中里335-1 スーパーマスタ湖北店3F
営業時間 / 定休日	10:00 ~ 16:00 / 月・土・日
利用料金	1時間 1,200円
活動範囲	我孫子市及び周辺地域
サービス内容	①ICT支援事業：パソコン、スマートフォン・タブレット端末の操作指導、トラブル対応 ②便利屋事業：庭木の剪定、屋内外の清掃、簡易な修繕・住宅営繕、水廻りトラブル対応、不用品の整理等 ③防災・防犯事業：火災報知器の設置、テレビドアホンの設置、センサーライトの設置等



デジタル塾教室とスタッフ

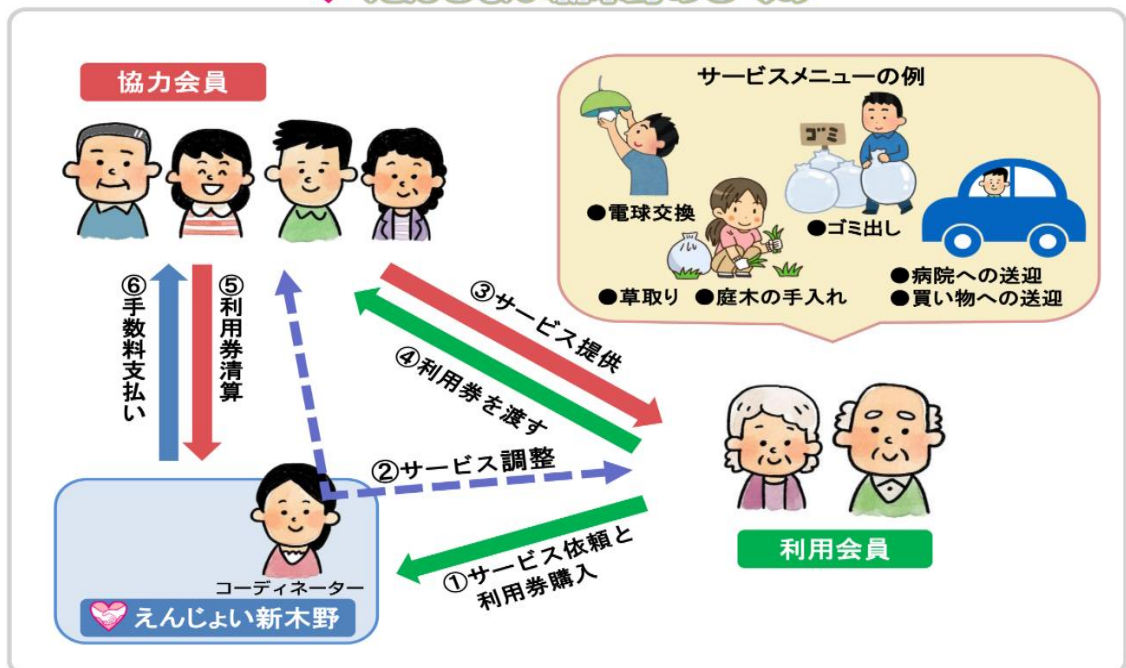


庭木剪定作業中の風景

事業所名	えんじょい新木野
事業名	高齢者や体の不自由な方を対象に、生活のサポートをする
電話番号	04-7188-7430
住所	我孫子市新木野3-5-5
営業時間 / 定休日	9:00 ~ 16:00
利用料金	1人1時間単位で500円
活動範囲	新木団地自治会、あらき野自治会エリア
サービス内容	<ul style="list-style-type: none"> ① 庭の草取り ② 簡単な庭木の手入れ ③ 電球の交換 ④ ゴミだし ⑤ 病院・買物などの送迎

新木野地区で、高齢化に伴い一人住まいあるいは足腰が不自由で、買い物弱者が増えたり、日常生活上色々な不便を感じている人が多くなってきたので、地域ぐるみで助け合う仕組みとして、久寺家生活お助け隊をモデルに、令和元年11月に立ち上げました。コーディネーターが支援を必要とする利用者と、積極的に支援する協力者を橋渡しして、きめの細かい対応をします。

♡ えんじょい新木野のしくみ



事業所名	シルバーサポート
事業名	高齢者への生活支援
電話番号	080-5386-0492
住所	我孫子市湖北台5-1 1-1 4
営業時間 / 定休日	随時
利用料金	要相談
活動範囲	我孫子市内
サービス内容	<p>生活に困っている高齢者等の手助けを行うボランティア団体です。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 剪定、草刈り、植木、庭木 ・ 引越しの手伝い ・ 網戸の張り替え <p>その他、生活でお困りの事を何でもご相談ください。</p>



② 家事支援（介護事業所等）

事業所名	ヘルパーステーション つくし野
事業名	訪問介護・総合事業
電話番号	04-7165-3566
住所	我孫子市つくし野 131-6
営業時間 / 定休日	月曜日～土曜日 8:30～17:30 ※日曜日は人員の都合上、担当者不在。 12月31日～1月3日はお休み
利用料金	介護保険事業に継続しての利用の場合は、30分毎に1,000円＋消費税。 その他の利用の場合は、最初の30分が2,000円＋消費税で、以降30分毎に1,000円＋消費税。
活動範囲	我孫子市内と柏市の一部（布施・布施新町・根戸） 他は応相談。
サービス内容	介護保険適用にあたらないが、日常生活に必要となる家事支援。



事業所名	ニチケアセンター我孫子本町
事業名	ニチイライフ（家事代行）
電話番号	04-7165-9191
住所	我孫子市本町2-6-1 町田ビル3階
営業時間 / 定休日	月曜日～金曜日 9:00～18:00 定休日：土曜日、日曜日、祝祭日、 12月30日～1月3日
利用料金	利用回数・頻度により料金が異なります。
活動範囲	我孫子市・柏市・印西市
サービス内容	家事一般、通院付き添い等 まずは詳細ご相談ください。



事業所名	セントケア我孫子
事業名	自費サービス
電話番号	04-7183-1116
住所	我孫子市天王台4-5-1
営業時間 / 定休日	月曜日～金曜日 8:30～17:00 定休日：土曜日、日曜日、年末年始
利用料金	1時間 3,600円＋消費税
活動範囲	我孫子市内
サービス内容	大掃除、院内介助、外出介助、草むしり等 この他、ご質問があればご連絡ください。 ※介護保険制度をご利用の場合、介護保険制度が優先されます。 ※専門性を必要とするもの、専門資格を必要とする行為はできません。(例：乳幼児の世話、医療行為、マッサージ、理美容等)



事業所名	ママメイト本社
事業名	ママMATE（自費）サービス
電話番号	04-7182-0950
住所	我孫子市柴崎台2-9-4
営業時間 / 定休日	月曜日～金曜日 9:00～18:00 定休日：土曜日、日曜日、祝日、年末年始 ※営業時間外のサービスは応相談
利用料金	利用料金：1時間あたり2,750円（税込） ※平日9:00～17:00の場合 ★最低1時間からのご利用となります。以降は15分単位でお受けいたします。 ★ママMATEの介護サービスと連続してサービスを行う場合は15分からお受けできます。
活動範囲	主に我孫子市内
サービス内容	<ul style="list-style-type: none"> ・家事代行 ・通院、入院中の付き添い ・外出時の付き添い ※まずはお気軽にお問合せくださいませ。



事業所名	ニチイケアセンター湖北台
事業名	訪問介護
電話番号	TEL 04-7181-5280 FAX 04-7188-9878
住所	我孫子市湖北台3-3-1 第3海老角マンション202
営業時間 / 定休日	事務所 9:00 ~ 18:00 (土曜日、日曜日、祝日、年末年始除く) サービスについては、ご相談ください。
利用料金	各種法に定められた料金。 他、自費でのサービスもあります。
活動範囲	我孫子市、柏市、印西市、取手市大堀
サービス内容	<ul style="list-style-type: none"> ・要介護認定、又は障がいをお持ちの方に、身体介護や家事援助等のサービスを提供しています。 ・その他、各種法に定められた内容以外の自費サービスも相談に応じます。

一緒に働いて下さるヘルパーさんを募集しています。

介護に興味のある方でしたら、資格・経験問わずご相談ください。

【自費サービス 基本プラン】

プラン名	利用頻度	回数	税込料金	
			料金	延長 30 分毎
スポットプラン	不定期	1回	5,830円	1,650円
年間スポットプラン	年4回以上	1回	4,510円	1,650円
定期プラン	月1回以上	1回	3,960円	1,650円
	週1回以上	1回	3,300円	1,650円

※詳細はお問合せください。

事業所名	ウェルライフ介護サービス
事業名	自費サービス
電話番号	TEL 04-7181-6800 FAX 04-7181-6801
住所	我孫子市布佐 2900-7
営業時間 / 定休日	9:00 ~ 18:00 年中無休 ※時間相談可
利用料金	1時間 3,300円(税込) ※作業員1名で伺った場合
活動範囲	我孫子市内
サービス内容	介護保険サービスではご利用できない内容 (草刈り・窓拭き・外出や通院の付き添いなど)の依頼をお受け致します。 要支援・要介護の認定を受けていない自立の方へのサービス支援も実施しています。 飼い主が不在時(入院等)のペットのお世話については、要相談。



事業所名	株式会社VIVE LA VIE
事業名	福祉ステーション『どーも』
電話番号	TEL 04-7181-6790 FAX 04-7181-6791
住所	我孫子市布佐3060
営業時間/ 定休日	平日 9:00 ~ 17:30 (夏季休暇、年末年始を除く)
利用料金	利用料1時間 4,000円 ※初時間1時間 以降30分単位
活動範囲	我孫子市内及び周辺地域
サービス内容	日常の様々なことをお客様やご家族様に代わって、我々がお手伝いさせていただきます。 【サービス例】 庭の草取り ガス台・換気扇のお掃除 電球交換 窓ガラス拭き 仏壇の掃除 家具の移動 等



事業所名	(株) ヤックスケアサービス
事業名	ヤックスあんしんサービス
電話番号	TEL 0120-395-558 FAX 043-207-7274
住所	千葉県稲毛区作草部 1-10-2
営業時間 / 定休日	年中無休 24時間
利用料金	作業内容により 2,750円・3,060円/1時間 訪問交通費 一律510円/回
活動範囲	千葉県内及び茨城県一部
サービス内容	<p>介護保険外の自費サービスになります。</p> <p>介護保険が利用できない方への家事代行サービス（掃除・洗濯・調理など。）</p> <p>また、長時間の見守り・病院への付き添い（通院同行・院内同行）など。</p> <p>お庭の草刈り・草取り・簡単な庭木剪定など。</p> <p>事前の打ち合わせによりペットの世話対応可能。</p> <p>※ただし、ペットの種類に制限あり。</p> <p>*訪問見積りも無料に対応。</p>



③ 家事支援・便利屋（民間企業等）

事業所名	合同会社 便利屋ほとむ
事業名	便利屋事業
電話番号	0800-800-3018（フリーダイヤル）
住所	我孫子市緑 2-2-10
営業時間 / 定休日	8:00 ~ 21:00 年中無休
利用料金	基本料金 1時間 3,000円～ ※但し、作業により異なる為、別途お見積り致します。 (見積もりは無料)
活動範囲	我孫子市全域 及び 周辺地域。柏、野田、流山、取手など
サービス内容	<p>※遺品整理士・事件現場特殊清掃士が在籍しています。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ハウスクリーニング（居室、台所、トイレ、換気扇、浴室、外壁、ブロック、その他） 2. 不要品整理、遺品整理、生前整理、産業廃棄物収集運搬など 3. 庭木の剪定伐採、竹の伐採、草取り、水やり、その他 4. リフォーム工事、床張替え、トイレ交換、キッチン交換、クロス張替え、ウッドデッキ製作 5. 害虫駆除、ネズミ駆除、ハクビシン、虫、蜂、消毒、その他 6. 障子、襖、網戸、畳の表替え、その他 7. エアコン取り外し、取付、クリーニング、移設 8. 雨樋の詰まり、詰まり防止の特許商品の取付 9. ペットの餌やり、水やり、散歩、犬小屋、猫小屋製、その他 10. ドローンによる屋根の亀裂確認、雨漏れ確認、大きな木の実測、高い所の蜂の駆除 11. 車の買取、車検、板金、名義変更、車庫証明提出 12. 土地、空き家の管理業務 <p>上記以外でもお気軽にご相談ください。</p>



事業所名	株式会社 雷翔 (らいと)
電話番号	04-7197-2986
住所	我孫子市高野山 250-19
事業内容	不用品・家財整理 他
営業時間 / 定休日	9:00 ~ 17:00 定休日: 日曜日
利用料金	お見積にて料金決定致します。 ※見積は無料ですので、お電話ください。
活動範囲	我孫子市、柏市、印西市、流山市、取手市 他
サービス内容	①不用品整理 ②遺品整理・生前整理 ③庭木の剪定・草とり ④リフォーム ⑤宅内清掃 他
事業所名	株式会社 雷翔 (らいと)
事業内容	自費サービスサポート
営業時間/ 定休日	月曜日～金曜日 9:00～16:00 土曜日、日曜日
サービス内容	① 家事支援・・・掃除、洗濯、お部屋の片付け など ② 付添い支援・・・お買い物、通院、墓参り、散歩 など ③ 見守り・・・会社にてお預かり、またはご自宅に伺い様子確認
利用料金	・利用料金 1,500円 / 1時間 (1人) ※見守りについては、応相談。一度ご相談ください。 ・交通費 外出時のみご負担 (応相談)
活動範囲	我孫子市・柏市・印西市 他



事業所名	(株) ブイ・マックス
事業名	便利屋業
電話番号	TEL : 04-7157-2094 携帯 : 090-6177-7703 (森 ^{もり} まで)
住所	我孫子市東我孫子1-3-3
営業時間 / 定休日	9:00 ~ 18:00 (時間外、土日祝日は、携帯電話にて対応)
利用料金	1時間 2,000円~ (経費は別途かかります)
活動範囲	我孫子市内
サービス内容	<p>生活におけるお困り事、すべてご相談ください。 親切、丁寧、末永いおつきあいをモットーに しております。お気軽にご相談ください。</p> <p>~よくあるご依頼~ 水回り工事 (水道の水漏れなど)、電話/インターフォン、 家具の移動/廃棄、クロスの張替え、お買い物送迎、 電気工事 (コンセントなど)、トイレ便座交換、 TVアンテナ工事 (地デジ・BS)、パソコン・インターネ ット・プリンター等設定/設置/説明、お庭の草むしり、木 の伐採、お掃除代行、エアコン工事、LEDシーリングライ ト交換、お話相手、車の廃車/車検/修理、不用品の整理、 外壁塗装、センサーライト設置、古いアナログアンテナ 撤去、など</p>

- ✿我孫子市住宅リフォーム補助金施工事業者に登録しています✿
- ✿地元貢献で喫茶店 (ハミングバード)、店舗横にて 100 円野菜ボックス展開✿
- ✿毎月、店舗前にてフリーマーケットも開催中です。✿



事業所名	我孫子市シルバー人材センター
事業名	植木の剪定、草刈り、障子・網戸の張り替え
電話番号	04-7188-2200
住所	我孫子市中峠2607
営業時間 / 定休日	月曜日～金曜日 8:30～17:00 定休日：土曜日、日曜日、祝日
利用料金	<ul style="list-style-type: none"> ・植木剪定 9,850円～/1人 ・草刈 1,160円/1人/1時間 (最初の3時間までは、一律3,480円) ・障子張替え 1,260円～/1枚+運搬費往復1,000円 ・網戸張替え 1,560円～/1枚+運搬費往復1,000円 <p>*上記料金に事務費10%、材料費等が別途加算されます。 また、ご要望がある場合は、当センターで刈った植木、草のクリーンセンターへの運搬を別料金でお受けします。</p>
活動範囲	我孫子市内
サービス内容	<ul style="list-style-type: none"> ・植木剪定 (植木の剪定・枝下ろし・刈り込み・垣根の刈り込み) ・草刈(ご家庭の庭、庭回りの草刈) ・障子/網戸の張り替え ・ご注文いただいた順番での作業となり、お待ちいただく場合があります。



事業所名	我孫子市シルバー人材センター
事業名	ワンコインサービス
電話番号	04-7188-2200
住所	我孫子市中峠2607
営業時間 / 定休日	月曜日～金曜日 8:30～17:00 定休日：土曜日、日曜日、祝日
利用料金	500円（30分以内）
活動範囲	我孫子市内
サービス内容	<p>市内にお住まいの65歳以上の高齢者世帯、身体障害者、介護認定者の方に対し、30分以内でできる軽易な作業をワンコイン（500円）でお引き受けします。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○郵便物の投函 ○玄関前の落ち葉掃き ○可燃・資源ゴミだし ○買い物代行 ○蛍光灯・電球交換 など <p>* 技術的な依頼等お引き受けできない場合があります。</p>



事業所名	ダスキンあびこ東支店
事業名	家事サービス
電話番号	0120-484-444
住所	我孫子市新木2550
営業時間 / 定休日	月曜日～金曜日 8:30～17:00 (夏季休暇、年末年始、祝日を除く)
利用料金	1か月以内に1回以上の定期サービス 7,700円(税込) 1回限りのサービス 11,000円(税込) 困りごとに合わせて2名、1時間よりお伺いし代行いたします。
活動範囲	我孫子市内及び周辺地域
サービス内容	日常の家事をお客様に代わってお手伝いします。 主な内容は、部屋の掃除や水回りの簡単な掃除などです。



事業所名	(株) サンプルプロジェクト
事業名	不用品整理・家財撤去・特殊清掃
電話番号	0297-63-2311
住所	茨城県北相馬郡利根町羽中 552-6
営業時間 / 定休日	365日 24時間対応
利用料金	<ul style="list-style-type: none"> ・現地にてお見積り後、料金提示 ・お見積り無料
活動範囲	我孫子市、柏市、松戸市、流山市、野田市
サービス内容	<ul style="list-style-type: none"> ・産業廃棄物収集、運搬 ・不用品、粗大ごみ整理 ・遺品整理 ・ゴミ屋敷の片づけ ・庭の草取り ・消毒 ・除菌



事業所名	パートナーズ（株）
事業名	そうじ他、家事支援業務
電話番号	04-7170-1107
住所	柏市大井 2700-2
営業時間 / 定休日	月曜日～金曜日 9:00～17:00 （祝日、夏季休暇、年末年始を除く）
利用料金	お見積り（無料）の上決定
活動範囲	我孫子市内、柏市内等近隣の地域
サービス内容	対象者：市内在住の高齢者、障害者 内容：部屋の片づけ、荷物の移動 等

【お片付け前】




【お片付け後】

事業所名	ダスキン豊四季支店
事業名	家事代行サービス
電話番号	TEL 0120-384-444 FAX 04-7143-2255
住所	柏市豊四季 945-61
営業時間 / 定休日	受付時間 月曜日～金曜日 8:30～17:00 土曜日、祝日 8:30～17:00 定休日 日曜日
利用料金	7,700円～11,000円/回
活動範囲	柏市、我孫子市、松戸市、流山市
サービス内容	掃除、洗濯、洗い物、お買い物等 困りごとに合わせて2名、1時間よりお伺いし代行いたします。 料金は定期（1週2回～1月1回）が2名1時間ごと7,700円（税込）、スポットが2名1時間ごと11,000円（税込）です。 ※お料理はできません。



事業所名	生活協同組合パルシステム千葉
事業名	家事代行サービス
電話番号	0120-978-617 受付 月曜日～金曜日 9:00～17:30
住所	松戸市松飛台 273-1 (松戸センター内)
営業時間 / 定休日	8:00～19:00 (年末年始を除く)
利用料金	出資金 1,000 円 (生協加入時にお預かりし、退会時に返却します。) 家事定期コース 1 時間 2,423 円 (税込) ～ その他コースにより料金が異なります。
活動範囲	我孫子市全域 (千葉県内・一部地域を除く)
サービス内容	日々の家事、付き添い、身の回りのちょっとしたことを誠心誠意込めて、お手伝いいたします。 ①サービス内容 そうじ、洗濯、片付け、買い物、料理、ごみ出し、ペット世話、外出付添、草取り (別料金)、その他 ②料金 (税込) ※主なコース ○家事定期コース 1 時間 2,423 円 (税込) ※1 回 2 時間、月 2 回～ ○家事スポットコース 1 時間 2,750 円 (税込) ※1 回 1 時間～ ※上記他、両コースとも交通費 500 円 (1 名につき) ※時間外、土・日曜日、祝日は 15%割増



事業所名	生活協同組合コープみらい 千葉県本部
事業名	くらしのたすけあいの会「おたがいさま」
電話番号	0800-500-2647（無料）
住所	千葉市中央区新田町36-15 千葉テックビル4F
営業時間 / 定休日	月曜日～金曜日 9:00～17:00 （土曜日、日曜日、祝日、年末年始休み）
利用料金	<p>① 家事・育児応援…1時間 1,300円～ （謝礼 800円＋運営協力費 500円（455円＋税 45円）） ＊30分の場合は 1,050円（税込）～</p> <p>② その他応援…1時間 1,678円～ （謝礼 1,120円＋運営協力費 558円（508円＋税 50円）） ＊30分の場合は 1,050円（税込）～</p> <p>※利用料金は口座引落とし。 ※応援者の交通費は実費で現金をお支払いください。 ※コープみらいへ加入時に、出資金 500円をお預かりします。 脱退時に返還いたします。</p>
活動範囲	我孫子市全域（千葉県全域）
サービス内容	<p>日々のくらしの中で生じる「困った…」「誰かの手を借りたい…」という事柄を登録している応援者につなげて有償でお手伝いをする、組合員どうしの助け合い活動です。</p> <p>① 家事・育児応援 そうじ、洗濯、食事作り、留守番、代筆、薬取り、ごみ出し、役所や病院などへの提出、乳幼児・子どもの世話、産前産後のお手伝い、保育園等の送り迎え（車使用は除く）など。</p> <p>② その他応援 大そうじ、花の水やり、草取り、簡単な庭木の剪定、通院同行など。</p> <p>※以下の1～3に関する応援はできません。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.営利目的 2.身体介護や医療行為 3.車を使用した応援 <p style="text-align: right;">詳しくは こちらから▶</p> 



事業所名	有料職業紹介所
事業名	野田家政婦紹介所
電話番号	TEL 04-7122-0608
住所	野田市柳沢24
営業時間 / 定休日	月曜日～土曜日 9:00～18:00 日曜日・祝日・年末年始
利用料金	<p>I. 9:00～17:00の間で6時間未満利用の場合 賃金+手数料:1,944円/1時間あたり(交通費別途)</p> <p>II. 上記以外の時間で6時間未満利用の場合 賃金+手数料:2,436円/1時間あたり(交通費別途)</p> <p>III. 9:00～17:00の間(1時間休憩含む)で、 6～8時間利用の場合 賃金+手数料:11,280円(交通費別途)</p> <p>IV. 9:00～翌9:00(21:00～翌9:00は休憩時間) 24時間利用の場合 賃金+手数料:19,344円(交通費別途)</p> <p>V. 20:00～翌8:00(2時間仮眠休憩含む) 夜間のみ利用の場合 賃金+手数料:16,140円(交通費別途)</p> <p>上記以外の勤務形態でもご相談ください。 ※初回もしくは3か月以上利用がない場合は、受付事務費用690円を頂きます。</p>
活動範囲	我孫子市内及び周辺地域
サービス内容	<p>家事のお手伝いサービス ご家庭の家事(そうじ・洗濯・食事作りなど)を家政婦が皆様に代わりお引き受けします。 (例)・住居のそうじ・洗濯・食事作り・買い物の代行 ・冠婚葬祭、季節の行事の手伝い ・来客対応</p> <p>介護などのお世話サービス ご家庭・病院などで介護のお世話、付き添い、見守り等を家政婦が皆様に代わりお引き受けします。 (例)・ご家庭で高齢者や体の不自由な方の介護全般 ・通院、それ以外の外出の同行援助 ・入院中、入所中の方の付添のお世話</p>

★新たにお墓参り・お掃除代行サービスを始めました★

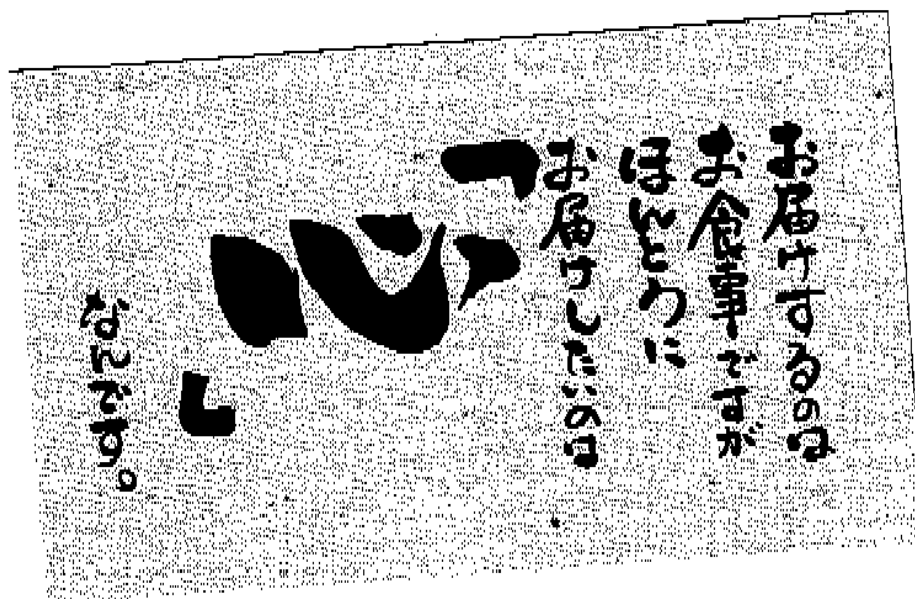
高齢・体調不良などでお墓参りに行けない、仕事が多忙、また遠方に引っ越ししてお墓の手入れが難しいなどお困りの方は是非ご相談下さい!!

④配食サービス

サービス概要	健康的な日常生活を営むことができるよう、栄養バランスのとれた夕食をご自宅にお届けするとともに、安否確認を行います。
対象者	次のいずれにも当てはまる方 ・心身機能の低下に伴い、調理や外出が困難な方 ・高齢者のみの世帯か、介護者が就労等で12時間以上不在となる世帯の方 ・安否確認が必要な方
利用料	1食につき400円
問い合わせ先	我孫子市役所 高齢者支援課内 高齢者なんでも相談室(04-7185-1112) または 各地区の高齢者なんでも相談室 (91~92ページ参照)



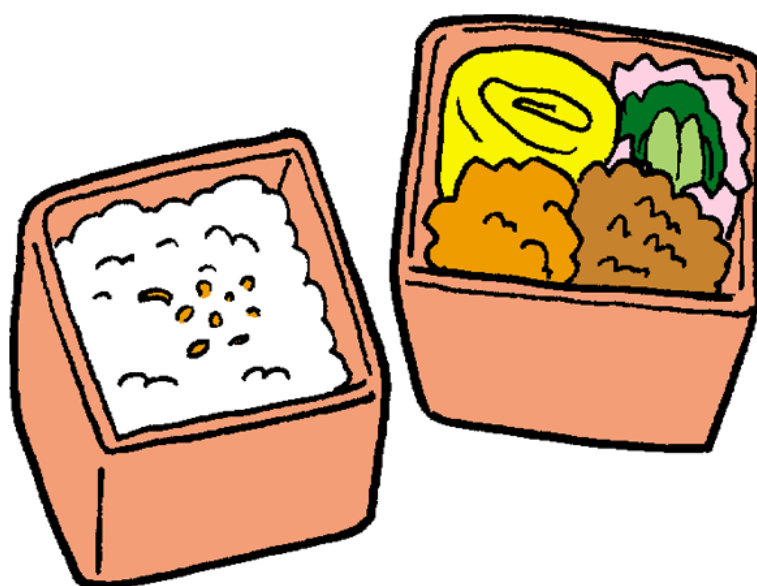
事業所名	ニコニコキッチン 我孫子店
事業名	ご高齢者向け在宅配食サービス
電話番号	04-7165-5611
住所	我孫子市高野山466-1
営業時間 / 定休日	8:00 ~ 19:00 定休日：1月1日~3日
利用料金	540円 ~ 820円
活動範囲	我孫子市内及び一部周辺地域
サービス内容	在宅の高齢者向けお弁当の製造と配達及び買い物代行サービス。 基本的に、手渡ししてご利用者様とのコミュニケーションを大切にしています。また、必要であれば、テーブルの上にお弁当をセッティング致します。



事業所名	宅配クック123 北総店
事業名	高齢者専門 宅配弁当（配食サービス）
電話番号	TEL：04-7193-8901 FAX：04-7193-8902
住所	我孫子市都1-17
営業時間 / 定休日	9：00～18：00 定休日なし
利用料金	普通食（おかずのみ）540円（税込）～ ※配送料無料
活動範囲	我孫子市内
サービス内容	<p>栄養バランスの整ったお弁当を毎日 日替わりで（昼食と夕食）お届けします。見守り（安否確認）もお任せください。また、栄養価の調整が必要なお食事もご用意いたしております。</p> <p>ご注文は、お電話・メール・FAXでOK！ インターネットからのご注文も可能。 難しい契約等もございません。 1ヶ月に1回からのご注文でOK！ 口座引落 手数料無料</p> <p>不明点、ご相談等、お気軽にお電話ください！</p> <p>【宅配クック123のおせっかいサービスの一例】</p> <p>①服薬の声かけをいたします。『お薬のみましたか？』 ②お弁当をベッドサイド迄お届けいたします。 ③きざみ・おかゆ・アレルギー対応いたします。 ※その他、できる限りお客さんのご要望にお応えします。</p>



事業所名	まごころ弁当 我孫子店
事業名	高齢者向け 配食サービス
電話番号	04-7184-4012
住所	我孫子市東我孫子2-34-12
営業時間 / 定休日	9:00 ~ 18:00 定休日：なし（正月三が日はお休み）
利用料金	410円（税込）～
活動範囲	我孫子市内
サービス内容	<p>まごころ弁当は、原材料にこだわり抜き、ご高齢者様向けに味付け、栄養バランスなどに配慮した 美味しいお弁当を毎日、日替わり献立で配食するサービスです。</p> <ul style="list-style-type: none"> ●お買い物、料理をするのが困難な方に ●離れて暮らすご両親の為に ●介護をしているため、食事を作る負担を軽減したい方に ●ヘルパーさんが訪問されない日のお食事に <p>ご高齢者のお食事をサポートします。</p>



事業所名	「ワタミの宅食」 千葉我孫子営業所
事業名	ワタミの宅食（日替わり夕食宅配）
電話番号	「ワタミの宅食」受付センター 0120-191-950 受付時間 9:00～18:00
住所	我孫子市中峠1429-2
営業時間 / 定休日	9:00～16:00 ※お届け時間は決められません 定休日：12月31日～1月3日
利用料金	週1日1食から 1人用/1日/390円～680円（1食あたり）
活動範囲	我孫子市内
サービス内容	塩分・カロリーに配慮した日替わりの夕食を 担当の「まごころスタッフ」が手渡しを基本にお届け！ ご不在がちな方には、無料で鍵付き安全ボックスを貸し出 しいたします。 ☆お惣菜・ごはん付きお弁当 計6種類を取り揃えております。



- 1日間からご注文承ります。
キャンセル→前々日 17:00 迄
ご注文 →2日前 17:00 迄
詳しくはお問合せください。
- 冷蔵でお届けいたしますので、電子レンジ
で温めて召し上がってください。

事業所名	ふれあい弁当の会（ボランティア団体）
事業名	ふれあい弁当の会
電話番号	我孫子市社会福祉協議会 受付 04-7184-1539
住所	我孫子市我孫子1861
営業時間 / 定休日	毎月第1・最終金曜日、第3火曜日 9:00 ~ 12:00
利用料金	1食 330円（お昼の手作りお弁当）
活動範囲	我孫子市内（一部対象外のエリアあり） お問合せください。
サービス内容	同じ街に住む者同士、共にふれあい、ささえあいながら暮らしていくことを願っているボランティア団体です。 カード班のボランティアが、季節感あふれる「ふれあいカード」を手作りして、お弁当に添えています。 ひとり暮らし又は調理が不自由な二世帯の高齢者の方に季節感のあるお楽しみ手作り弁当をお昼にお届けしながら、ふれあいと安否確認をする活動をしています。

※ボランティア（調理、配達、カード作り）を募集しています

※男性ボランティアもお待ちしています（調理、配達）

お気軽にお問合せください。



事業所名	生活協同組合パルシステム千葉
事業名	生協の夕食宅配
電話番号	0120-660-788 受付 月曜日～金曜日 10:00～18:30
住所	船橋市本町2-1-1 船橋スクエア21(4F)
営業時間 / 定休日	月曜日～金曜日、祝日 10:00～18:30 (配達時間指定は不可) 定休日：土曜日・日曜日・年末年始
利用料金	①こだわり御膳 750円 ②ごはん付き 571円 ③おかずのみ 611円 ※全て税込・送料込 (ご利用にはパルシステムへのご加入が必要です。 出資金1,000円をお預かりし、退会時に返却します。) ※2022年12月現在の料金です。
活動範囲	我孫子市(千葉県内・一部地域を除く)
サービス内容	『安心』と『おいしさ』をお届けする生協の夕食宅配 ○管理栄養士が栄養バランスやカロリー・塩分を監修 ○専用箱でお届けするから留守でもOK ○利用日数は週3日 or 週5日コース ○安否確認サービス(無料、同意が必要) ○当日製造、当日お届け ※その他「冷凍おかずセット」「ヘルスケアおかずセット(低糖質・減塩)」いずれも5食1セット(冷凍)の取扱いがございます。【冷凍・クール宅急便でお届け】 ※配達時間についての指定は不可となります。



写真は「こだわり御膳」
※メニューは一例となります

事業所名	生活協同組合コープみらい コープデリ柏南センター
事業名	デイリーコープ
電話番号	0120-502-160 (デイリーコープ受付センター)
住所	柏市藤心1-22-15
営業時間 / 定休日	月曜日～金曜日 9:00～19:30 土曜日 9:00～18:00 ※デイリーコープ受付センターの受付時間です。 定休日：日曜日
利用料金	組合員でない方は、コープみらいへのご加入が必要です。 ご加入の際には、出資金500円をお預かりします。 (出資金は脱退時に返金いたします。)
活動範囲	我孫子市(全域)
サービス内容	月曜日～金曜日のうち、週3日から夕食のお弁当をお届けするサービスです。管理栄養士監修の元、栄養バランスに配慮した日替わりの献立をお届けします。 お弁当と一緒に惣菜や牛乳、卵などもお届けできます。 〈選べるコースいろいろ!〉 ・舞菜 おかずコース(おかず6品) 652円 ・舞菜 弁当コース(おかず5品) 597円 ・舞菜 御膳コース(おかず8品) 781円 ・舞菜 しっかりおかずコース(おかず4品) 695円 ・エネルギー塩分調整食コース(おかず3品) 777円 ※価格はいずれも税込 2022年8月現在の価格です。




事業所名	(株) ヨシケイ松戸
事業名	食材(ミールキット) 宅配サービス
電話番号	0120-883-175
住所	松戸市紙敷1375
営業時間 / 定休日	月～金 9:00～17:30 定休日: 土曜日、日曜日
利用料金	3食セット 1,130円
活動範囲	我孫子市内
サービス内容	<ul style="list-style-type: none"> ○冷凍タイプのお弁当(おかずのみ) ○その他食材を自宅の玄関先までお届け(時間指定不可) ○毎週水曜日締切、翌月曜日よりお届け ○施設向け食事提供あり ○入会金と送料は、無料です



⑤買い物支援等

◆ネットスーパー、宅配サービス

店舗名	住所	電話番号	営業時間
			定休日
ネットスーパー・宅配サービスの内容			
イトーヨーカドー 我孫子店  詳しくは上の「二次元コード」より、ホームページをご覧ください。	我孫子4-11-1	04-7185-8111	9:00 ~ 21:00 年中無休
	<p><ネットスーパー></p> <p>配達エリア：我孫子駅、東我孫子駅、天王台駅、湖北駅周辺エリア (詳細はHPで確認ください)、柏市一部エリア</p> <p>配送：1~9便まであり、11:00 ~ 21:00 まで対応</p> <p>配送料：330円</p> <p>配送商品：一部、たばこ、商品券、POSAカードなどを除く、店内で販売しているほとんどの食品と、一部の生活用品を配送いたします。</p> <p><宅配サービス></p> <p>配達エリア：我孫子市内全域と柏市の一部</p> <p>○時間：当日 14:30 までのお申込みで当日 18:00~21:00 の配達</p> <p>○金額：1箱(22kg 未満・33cm×49cm×30cm) 550円(税込)</p> <p>※シニアナナコカードお持ちの方 220円(税込)</p> <p>※子育て支援登録済の方 102円(税込)</p> <p>申し込み場所：1階サービスカウンター</p> <p>その他：冷凍食品や、形の崩れやすい商品の配送はお受けできません。</p> <p style="text-align: center;">詳細はサービスカウンターでお問合せください。</p>		
店舗名	住所	電話番号	営業時間
			定休日
ネットスーパー・宅配サービスの内容			
イトーヨーカドー 我孫子南口店	本町3-2-1	04-7183-6411	10:00 ~ 21:00 全日 10:00 開店
			元日店休
<p>名称「きいろい楽だ」※買い物をした人が対象。</p> <p>配達エリア：我孫子市内のご自宅</p> <p>○14時までに手続き 当日 18時~20時にお届け(ゆうパック)</p> <p>○1箱(33cm×49cm×30cm)</p> <p>○通常会員：550円 シニアナナコ会員 220円 子育て支援 102円</p> <p>○最大22キロまで 常温品、野菜、冷蔵一部は可能</p> <p style="text-align: center;">冷凍品、生もの、惣菜不可</p>			

店舗名	住所	電話番号	営業時間
			定休日
ネットスーパー・宅配サービスの内容			
マルエツ天王台店	天王台4-15-8	04-7186-0481	9:00~21:50
	<p>配達エリア：久寺家、つくし野、我孫子、我孫子新田、白山、本町、緑、寿、栄、若松、泉、並木、天王台、東我孫子、柴崎、柴崎台、日の出、青山台、南青山、高野山、高野山新田、下ヶ戸、岡発戸、岡発戸新田、都部</p> <p>条件：まとめて3,300円以上（税込）お買い上げで1件220円 申込み時間：10時~18時 お申込後、3時間以内にご自宅まで配送いたします。</p>		
店舗名	住所	電話番号	営業時間
			定休日
ネットスーパー・宅配サービスの内容			
小西酒店	下ヶ戸401-2	04-7182-4621	7:00 ~ 19:00
	<p>配達エリア：東我孫子、天王台、下ヶ戸、岡発戸</p> <p>○電話で注文いただいた商品を午後に配達します。</p> <p>○日用品（雑貨）、食料品（飲料、パン等）。</p> <p>※詳細につきましては、お問い合わせください。</p>		

◆買い物支援：宅配サービスを行う市内ドラッグストア

店名	くすりの福太郎 我孫子店
電話番号	04-7181-8729
住所	我孫子市本町2-1-7
営業時間 / 定休日	10:00 ~ 21:30 (定休日なし) ※土曜日 10:00 ~ 21:00 ※日曜日、祝日 10:00 ~ 21:00
配達エリア	全国
サービス内容	とどけ〜る ○60歳以上のポイントカード会員様に対し、毎月15、16、17日にお店で購入したものを、料金（我孫子市内であれば275円）を追加することで配送しています。 ○お買い上げ額（税込みから）5%割引となります。 ※他の割引クーポンとの併用はできません。 （株主優待カードを除く。） ※5%割引は、調剤・タバコ・酒類・雑誌・書籍・補聴器・商品券・プリペイドカード・はがき・切手・印紙・宅配料金・公共料金等収納代行サービス・整骨院・一部化粧品・一部指定ゴミ袋・一部キャンドゥ商品・その他一部対象外商品がございます。 ※とどけ〜るをご使用できない場合もございます。 ※とどけ〜るの送料半額は、5個口までとなります。 6個口目から通常料金（550円）がかかります。 ※シニア感謝デーの特典及びツルハグループのポイントカードのご利用は、会員本人様に限りません。 他人への貸与・譲渡はできません。

✿60歳以上のポイントカード会員様✿

毎月15日・16日・17日に以下のサービスがございます！

①5%割引（対象外商品は上記の通り）

②配送料半額（5個口まで）

※通常550円⇒275円、関東内

店名	ドラッグストア クリエイト エス・ディー 我孫子都店
電話番号	04-7189-3131
住所	我孫子市都6-8
営業時間 / 定休日	10:00 ~ 21:00
配達エリア	我孫子市・印西市
サービス内容	<p>○3,000円（税抜）以上 専用ボックス1箱275円（税込）で承ります。 ○3,000円未満（税抜）は専用ボックス1箱につき 495円（税込） ○15:00までお預かりし、翌日配達 （配達時間等は、店舗でご確認ください。）</p> <p>※重量制限1箱あたり25キロまで （専用ボックス重量3.2キロを含む）</p> <p>※冷蔵、冷凍食品、割れ物、ライター、写真など お預かりできない商品もございます。</p>



店名	ドラッグストア マツモトキヨシ 湖北台店
電話番号	04-7188-3525
住所	我孫子市湖北台9-6-16
営業時間 / 定休日	9:00 ~ 24:00
配達エリア	我孫子市内（対象外の地域もございますので、店頭又はお電話にてご確認くださいませ。）
サービス内容	<p>このサービスは、ポイントカード会員様限定のサービスになります。 （配達当日のご登録で、サービスをご利用頂けます。）</p> <p>○店頭にて税込 3,000 円以上の購入で承ります。 配達料は、別途 330 円 （税込 5,000 円以上は送料無料）</p> <p>○当日 17:00 までの受付→18:00~21:30 に配達 ※配達時間の指定はできません。</p> <p>その他： ○店舗にご来店頂き、購入して頂いた商品を配送するサービスです。電話でのご注文は対応しておりませんのでご注意ください。</p> <p>○冷凍食品・日配・生もの（生鮮）・調剤医薬品等、品質の保持が難しいものは配送の対象外となります。</p> <p>○1 回の受付に対しての配達料に制限がございます。</p> <p>○お時間の指定ができませんので、18:00~21:30 の間はご在宅をお願いします。 17:00 までの受付に間に合わなかった場合は、翌日の 18:00~21:30 の間に配達させて頂きますので、予めご了承ください。</p> <p>○その他、ご不明点については、店舗にお問い合わせください。</p> <p>※重量制限 1 箱あたり 25 キロまで （専用ボックス重量 3.2 キロを含む）</p> <p>※冷蔵、冷凍食品、割れ物、ライター、写真などお預かりできない商品もございます。</p>

◆生協の宅配サービス

我孫子市内では、5ヶ所の生協（生活協同組合・コープ）が宅配サービスを行っています。

生協ごとに扱う商品は異なりますが、食品を中心に、暮らしに役立つさまざまな商品を揃えています。

①生協の宅配のしくみ

- ◇毎週1回決まった曜日に商品が届きます（前の週に注文したものが届きます）
- ◇注文は、注文用紙のほか、インターネットなどでも行えます
- ◇生鮮食品、冷凍食品、生活雑貨から衣類など、生活に必要なものを扱っています
- ◇商品は、冷蔵・冷凍・常温など、商品の温度帯別に専用の容器に入って届きます
留守の場合は、ドライアイスや保冷剤を入れ、事前に決めた場所へ置かれます
- ◇生協ごとに、加入時に必要な出資金や、配達の手数料が異なります

②我孫子市内で利用できる生活協同組合・コープ一覧

名 称	連 絡 先
生活協同組合コープみらい	0120-043-502
生活協同組合パルシステム千葉	0120-554-270
生活クラブ生活協同組合・千葉	0800-888-7172
なのはな生活協同組合	0120-910-871
常総生活協同組合	0120-961-502

◇生協ごとに扱う商品や、利用方法などが異なります。

ホームページや、資料請求などで確認することをおすすめします。

*生協とは？

生協は「生活協同組合」の略で、数ある「協同組合」の一つです。

消費者一人ひとりがお金（出資金）を出し合い組合員となり、協同で運営・利用する組織です。

略称としてよく使われる「コープ」は、「協同組合」を表す「Co-operative（コーペラティブ）」の「Co-op」を日本語読みにしたものです。

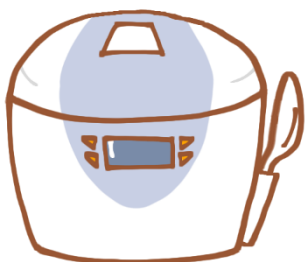
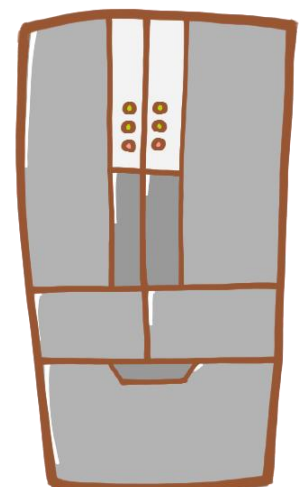
◆電器店（千葉県電気商業組合加盟店）

電器の購入、修理、点検等については、千葉県電気商業組合にご相談ください。
お気軽に下記 記載店舗へお問い合わせください。

※無料安全点検については、現在行っておりません。

千葉県電気商業組合我孫子支部

名 称	住 所	連 絡 先
(有) 中央電器	つくし野7-13-1	04-7184-3281
かわの電器 我孫子店	つくし野7-15-5	04-7184-6253
カトウでんき	つくし野3-1-106	04-7184-2341
(有) 伊東電気商会	天王台3-21-3	04-7182-1565
でんきのハシモト	天王台3-23-1	04-7182-3175
(有) サンワ電機販売	天王台6-10-7	04-7182-8250
(有) 大井電気商会	柴崎台2-7-30	04-7184-6776



◆集荷・配達を行うクリーニング店

名 称	住 所	連絡先	営業時間	
			定休日	
斉藤ランドリー	東我孫子2-34-15	04-7182-3420	8:00~19:00	
			日曜日	
対象エリア：我孫子～湖北周辺				
(有)タナカ クリーニング マスダ湖北店	中里335-1	04-7188-3303	10:00~19:00	
			日曜日	
対象エリア：湖北・新木・布佐周辺				
和光クリーニング	新木野1-10-56	04-7188-2817	8:00~19:00	
			火曜日・日曜日・祝日	
			対象エリア：我孫子市内	
お電話一本でご自宅まで伺います。 ペイペイ等、各種QR決済使用可能です。				
渡辺クリーニング店	布佐2394	04-7189-2701	8:30~9:00	
			日曜日	
対象エリア：新木～布佐地区				
七重屋クリーニング店	布佐3070	04-7189-2593	9:00~18:00	
			火曜日・日曜日・祝日	
			対象エリア：我孫子市・印西市、茨城県（利根町）	
			❖各種クレジット・電子マネーをご利用いただけます❖ お電話一本で、いつでもお客様の時間に合わせて集配に伺います。 お洋服だけではなく、お布団や毛布・カーペットなどの大物やぬいぐるみ・ベビーカー・シルバーカーなどの特殊品もクリーニングできますのでご安心ください。	



◆我孫子市内へ灯油を配達してくれる燃料店

名 称	住 所	連絡先	営業時間	配達エリア
			定休日	
(有)飯泉燃料店	本町1-4-20	04-7182-3624	9:00 ~ 18:00	我孫子市内
			水曜日	
まきや燃料店	本町1-3-7	04-7182-0028	9:00 ~ 17:00	我孫子市内
			冬季休日なし	
(有)鮎川産業	寿1-9-1	04-7182-0405	9:00 ~ 18:00	我孫子市内
			水曜日	
(有)松島甚五郎商店	都13-10	04-7189-2100	9:00 ~ 18:00	我孫子市内
			土曜日、日曜日、 祝日	
(有)岩井商店	中里20	04-7188-1824	9:00 ~ 17:00	我孫子市内
			日曜日、祝日	
(株)ライフフィット	布佐3398	04-7189-2921	8:00 ~ 17:00	我孫子市内
			日曜日	
			※給水排水（水道） 工事・メンテナンス 相談可	



◆理髪サービス

サービス概要	外出困難なねたきりの高齢者に理髪業者を派遣し、在宅で理髪サービスを提供します。
対象者	次のいずれにも当てはまる方 ・ねたきり又は認知症の症状が6ヶ月以上継続している方 ・車いすを利用して姿勢を保つのが困難で、家族の介護があっても外出が難しい方 ・在宅で生活している方
利用料	1回につき 1,000 円 (ただし、当該年度市民税が非課税世帯の場合は無料) 申請月により、年間で1枚から4枚の利用券を発行します。
問い合わせ先	我孫子市役所 高齢者支援課内 高齢者なんでも相談室 (04-7185-1112)



◆訪問・送迎を行う理容室・美容室

理容 美容	名 称	住 所	電話番号	営業時間	送迎 訪問
				定休日	
				備 考	
理容 美容	アブニール 我孫子本店 	本町 2-2-3 アブニールビル 1F	0120-129-150	・訪問美容サービス →定休日を除く 9:00~18:00 ・送迎サービス →日曜、火曜日を除く 9:00~17:30	訪問 送迎
				火曜日	
詳しくは、上の「二次元コード」よりホームページをご覧ください。		ご自宅や介護施設へ介護職員初任研修（ホームヘルパー2級）を修了し、福祉理容美容師の資格を持った専門のスタイリストがお伺いいたします。送迎もご相談ください。 詳細に関しましては、ホームページをご確認ください。			
美容	美容室 プレイヴ 我孫子店 “出張美容サービス ココラビ” 	我孫子 1-11-1 ラインサイド ミヤザワ2F	080-4890-1489	月曜日～金曜日 10:00～18:00	訪問
				火曜日	
詳しくは、上の「二次元コード」よりホームページをご覧ください。		福祉美容師認定証を保有したスタッフがお自宅まで伺います。 丁寧な施術とお客様に合わせたデザインをご提供致します。 カット、カラーの施術を行います。 ・初回カット：3,980円 カラー：4,980円 ※出張費別途 1,000円 訪問範囲についてはご相談ください。 ご予約はお電話、予約サイトから承ります。ご予約サイトでは日付決定、担当者選択、決済までネットで可能。ご自宅での現金のやり取りがなく安心です。事前にカウンセリングご希望の方は、担当美容師がオンラインにてカウンセリングさせていただきます。			
理容	ヘアークラフト	泉 15-1	04-7185-8865	9:00～18:30	送迎
				月曜日、第2・3火曜日	
		送迎サービスのご利用は、平日にお願いします。 女性のお客様には、女性理容師が対応致します。			

理容 美容	名 称	住 所	電話番号	営業時間	送迎 訪問
				定休日	
				備 考	
理容	ヘアースalon ミシナ	つくし野 1-7-15	04-7182-6578	8:00~18:30	送迎 訪問
				月曜日、第2・3火曜日	
		<p>女性のお客様にも対応できるように、ロールカーテンで仕切れるようにしていますので、安心してご来店いただけます。</p> <p>(特に女性のお客様でお年を召された方は、眉毛のお手入れが大変なので、理容室ならではのサービスをさせていただきます。)</p> <p>ヘアースalon 4,000円、女性シェーブ 3,200円</p> <p>訪問・出張も可能。相談に応じます。</p>			
理容	メンズヘアースalon シャローム	つくし野 1-16-20	04-7184-3477	9:00~19:00	訪問
				月曜日、第2・3火曜日	
		<p>ご相談があればお気軽にお電話ください。女性スタッフがお伺いします。</p> <p>(車で伺うので、駐車場等置ける場所があると助かります。)</p>			
理容 美容	(有)グッドライフ	緑 1-1-15	0120-756-588	9:00~17:00	訪問
				(予約受付時間)	
		<p>グッドライフは理美容の訪問サービス専用業者です。</p> <p>独居ねたきりの場合、介助が必要となります。</p> <p>予約状況等により、訪問日のご希望に添えない場合がございます。</p> <p>ヘアースalon 2,750円+出張費 1,000円</p> <p>その他メニューお問い合わせください。</p>			
理容	ヘアースalon わたなべ	栄 39-4	04-7184-1874	8:30~19:00	送迎 訪問
				月曜日、 第1・2・3火曜日	
		<ul style="list-style-type: none"> • 当店はバリアフリーの為、車いすのまま出入りが出来ます。 また、作業椅子の間に間仕切りを設けてあり、密にはなりません。 • 訪問理容の場合、シャンプーは不可。出来れば車を置く場所があれば助かります。 			

理容 美容	名 称	住 所	電話番号	営業時間	送迎 訪問
				定休日	
				備 考	
美容	ヴィータリッカ  詳しくは、上の「二次元コード」よりホームページをご覧ください。	天王台 4-3-28 (ケアナーシング ワイズ外科内科 4F)	04-7192-6388	9:00~17:00	送迎
				不定休	
カット 5,680 円 (ケアナーシングワイズ外科内科クリニックの患者様はカット料金 20%引き)、ヘッドスパ 4,400 円 その他のメニューはお問い合わせください。 医療美容師在籍 (女性)。ウィッグのご相談も承ります。医師監修の美容室でバリアフリー、シャンプー台も移動せずに利用できる半個室サロンです。見学可。予約優先制です。 ホームページ: https://vitaricca-ys.com					
理容	ファッション ハーポート・ ヤマザキ	天王台 6-15-29	04-7184-1526	9:00~16:00	送迎 訪問
				月曜日、火曜日	
利用料金 4,000 円					
理容	ヘアーサロン フェイス・アイ	中峠 1336-1	04-7188-6599	9:00~14:00	訪問
				月曜日、火曜日	
総合理髪 4,000 円 カットのみやシェービングのみ等いろいろ対応します。 出張サービス。					
理容	押尾理容室	湖北台 1-8-17	04-7188-7801	8:00~18:00	訪問
				月曜日・火曜日	
対象エリアやサービス内容については要相談 (状況によりかわります)					

6. 住環境に関するサービス

◆住宅リフォーム補助金

サービス概要	市に登録された市内事業者等から、居住する個人住宅（所有権登記済み）の改修工事を行った方に工事費用の一部を補助します。詳しくはお問い合わせください。
注意点	<ul style="list-style-type: none"> ・リフォーム工事の契約の締結前（工事施工の実施前）に補助金交付申請を行ってください。工事の契約や施工をした場合は、補助対象になりません。 ・介護保険サービスの住宅改修や上記住宅改造費助成を利用される方は、リフォームによる補助金を受けることができません。
問合せ先	建築住宅課 04-7185-1111 内線 601



◆ 害虫駆除

事業所名	野口株式会社 介護ショップ「ハーティケア」我孫子店
事業名	害虫駆除
電話番号	04-7181-8033
住所	我孫子市我孫子4-3-20
営業時間 / 定休日	8:30 ~ 17:30 定休日：日曜日、祝日
利用料金	アシナガバチ 3,850 円～ スズメバチ 16,500 円～
活動範囲	我孫子市内
サービス内容	蜂の巣、ヘビなど対応します。

事業所名	蜂バスターズ
事業名	害虫駆除
電話番号	080-8422-4420
住所	我孫子市天王台2-2-22
営業時間 / 定休日	24 時間営業 年中無休
利用料金	時期、蜂の種類、営巣場所によって変動
活動範囲	我孫子市内及び千葉・茨城
サービス内容	蜂全般の駆除及びハチの巣撤去



事業所名	(株)タロック 蜂の退治屋さん
事業名	害虫駆除
電話番号	080-7752-0650
住所	我孫子市中峠台27-4-106
営業時間 / 定休日	8:00 ~ 19:00 定休日なし
利用料金	虫の種類、状況による
活動範囲	我孫子市、柏市、松戸市、流山市
サービス内容	①毛虫駆除、防除 ②ゴキブリ駆除、防除 ③ハチ駆除 ④ネズミ駆除 ⑤シロアリ駆除 ⑥コウモリ駆除 ⑦ハクビシン、アライグマ駆除 ※その他の生き物の駆除についてはご相談ください。 ※お見積りは無料ですので、お気軽にお問合せください。

事業所名	ダスキン豊四季支店
事業名	害虫駆除サービス
電話番号	0120-384-444
住所	柏市豊四季945-61
営業時間 / 定休日	月曜日～土曜日、祝日 8:30 ~ 17:00 定休日：日曜日
利用料金	下記の通り
活動範囲	我孫子市、柏市、松戸市、流山市
サービス内容	①ハチ駆除 5,500円(税込)～ ※巣の大きさや、蜂の種類で料金は変動します。 ②シロアリ防除(5年保証) 床下に安全な薬剤を散布し、シロアリの侵入を防ぎます。 料金：1F床面積50㎡(約15坪)まで 一律123,750円(税込) 追加1㎡あたり2,475円(税込)

事業所名	東京企業（株） 船橋営業所
事業名	害虫駆除
電話番号	047-496-6315
住所	船橋市大穴南4-4-6
営業時間 / 定休日	月曜日～金曜日 9:00～17:30（受付時間） ※作業は年中無休
利用料金	下記の通り
活動範囲	我孫子市内及び周辺地域
サービス内容	<p>①ハチの巣駆除 7,700円（税込）～ ※巣の大きさ、営巣場所、蜂の種類によって料金変動</p> <p>②シロアリ駆除（5年保証） 床下薬剤散布・注入にて、シロアリの駆除・侵入を防止します。 坪単価 7,700円（税込）～ 調査・見積もりは無料</p> <p>その他の害虫駆除も対応しますので、お問合せ下さい。</p>

コラム③「飼い主の老後…ペットの行方は…？」

大切な家族の一員であるワンちゃんやネコちゃん。飼い主の高齢化により、一緒に住めなくなったり、飼い主の突然の入院、入所、亡くなってしまった場合、ペットの行方はどうなってしまうのでしょうか？

最悪の事態にならないように、もしもの場合の対策を考えておきましょう。



- ①遺言書を作成しておく…ペットは法律上「物」と規定されているため、ペットに遺産を相続させることはできませんが、相続人にペットのお世話を願う内容の遺言書を作成することができます。
- ②ペットのための信託サービス…信頼できる第三者や業者にペットと、飼い主の財産の一部を託すことができます。業者により費用や契約内容は様々です。
- ③施設に依頼する…老犬ホームやペットと一緒に入居できる高齢者向け住宅などもあります。
- ④かかりつけの動物病院に相談する…もしものときの対応について、相談にのってくれたり、アイデアを、くれる場合もあるようですよ。大切なペットにもかかりつけ獣医師を！

7. 外出に関するサービス

◆高齢者移送サービス

サービス概要	介護保険による認定が要介護3・4・5に該当する方(ご本人)に、医療機関や福祉サービス施設等への通院や通所にかかる費用の一部を助成します。
対象者	介護保険による認定が要介護3・4・5の方 ただし、身体障害者手帳1級・2級及び療育手帳④～A2 並びに精神障害者保健福祉手帳1級の方は、福祉タクシーの助成制度が優先となります。
助成内容	利用券(1月あたり4枚)と、認定証を交付します。 1回の利用につき1枚の利用ができ、タクシーを利用したときは初乗り運賃を助成します。 また、特殊車両(ストレッチャー車など)を利用した時は3,000円を限度に助成します。
注意点	<ul style="list-style-type: none"> 利用できる目的は、病院への通院時や、福祉サービス施設への通所時です。(買い物などの理由では利用できません) 我孫子市と契約していないタクシー会社等を利用した場合は、助成の対象となりません。
問合せ先	高齢者支援課 04-7185-1111 内線411、412

◆送迎バスの空席を活用した外出応援事業

サービス概要	市内の自動車教習所や病院、大学、市の福祉施設への送迎のために運行しているバスの空席を活用して、高齢者や障がいをもつ方が買い物などに利用できる外出応援事業です。
対象者	市内在住の65歳以上の方、身体に障害のある方
利用料	無料
申請場所	道路課(交通施設整備係)、社会福祉課、高齢者支援課、障害者支援課、各高齢者なんでも相談室、各行政サービスセンター
申請に必要なもの	保険証等の本人確認ができるもの (障害のある方は、障害者手帳の提示をお願いします)
利用可能な送迎バス	東葛辻仲病院、中央学院大学、東邦病院、高野山胃腸科内科、我孫子自動車教習所、平和台病院、我孫子聖仁会病院、西部福祉センター、つつじ荘、名戸ヶ谷あびこ病院
問合せ先	道路課 04-7185-1369

◆運転免許証自主返納者優遇制度

対象者	70歳以上の我孫子市民で運転経歴証明書を所有している方
優遇制度概要	<p>【バス割引証】</p> <ul style="list-style-type: none"> 有効期限：交付後4年間 本証提示により、阪東バス・あびバス運賃が半額になります。 (現金利用のみ、10円未満の端数は10円単位に四捨五入) <p>【市内タクシー利用券】</p> <ul style="list-style-type: none"> 有効期限：交付後4年間 200円×20枚(4,000円分)
申請に必要なもの	①運転経歴証明書の写し、②申請用写真(3×2.4cm・無帽・正面・上三分身・無背景・撮影後6か月以内)、③印鑑(認め印)
注意点	<ul style="list-style-type: none"> お一人様1回限りです(更新・再交付はありません) 優遇制度は、ご本人のみ利用可能です。 優遇制度利用時は、必ず運転経歴証明書を携帯し、乗務員の求めに応じ提示してください。 障害者割引等、他の割引との併用不可
問合せ先	道路課 04-7185-1369

◆車いす貸出事業

サービス概要	急なケガや病気、障害や高齢により歩行困難な方に対し、一時的な車いすの貸出しを行っています。旅行や外出、イベント等への参加のために、気軽にご利用ください。
対象者	<p>市内在住で、次のいずれかに該当する方</p> <p>(1) 身体障害者(児)であって、車いすの修理もしくは購入するまでの間で一時的に車いすを必要とするとき</p> <p>(2) 65歳以上の高齢者であって、介護保険制度による車いすの貸与を受けるまでの間もしくは購入するまでの間で、一時的に車いすを必要とするとき</p> <p>(3) 病気療養、リハビリ等のため、一時的に車いすを必要とする場合であって、市長が車いすの貸出しを認めた方</p>
期間	使用目的に応じて、1年間を限度として貸出しをしています。
使用料	無料
注意点	一時的な貸出し制度です。慢性的な疾患等により歩行が困難な方で長期的に車いすを必要とされる方は、他の制度やサービスをご利用いただくか、購入をご検討ください。
問合せ先	社会福祉課 04-7185-1113

◆車いす・スロープの貸出

<いすの貸出>

対象者	市内在住の方
種類	自走型・介助型・リクライニング型・折り畳み式介助型
期間	1か月以内
使用料	無料
注意点	※貸出しが長期にわたる場合（骨折等）は、社会福祉課が貸出をしている車いすをご利用ください。

<スロープの貸出>

対象者	市内在住の方
サイズ	仕様 165センチ、最大適用段差 40センチ
期間	要相談（短期間）
使用料	無料

申し込み・問合せ先：我孫子市社会福祉協議会 04-7184-1539



◆移送サービス・福祉タクシー◆

事業者名	住所	連絡先	受付時間	利用時間
	対象エリア・料金等			
	備考			
我孫子市 社会福祉協議会 移送サービス	我孫子 1861 (2階)	04-7185-5303	月曜日～金曜日 8:30～16:00	月曜日～金曜日 8:30～16:00 ※祝日、年末年始 を除く
	対象エリア：我孫子市内及び周辺地域 ○登録制 ○出庫料1回 300円 ○燃料代(走行距離キロ×160円)最低距離1キロ ※R5年4月～変更予定。			
	対象：要介護・要支援認定を受けている方、障害をお持ちの方、内部疾患がある方で 一般公共交通機関(電車・バス)の利用が困難な方。 ご連絡をいただいた後、職員が自宅にお伺いし、面談をします。			
ママMATE 介護タクシー	柴崎台2-9-4	04-7182-0950	月曜日～金曜日 9:00～18:00	月～金 ※時間応相談
	タクシーメーターの運賃+介助料+機材利用料 ・タクシーメーターの運賃 2kmまで780円、その後264mごとに90円、迎車 は2kmを限度として、実車扱いとし780円、障害者手帳のご提示により1割引 ・介助料 片道1,100円(税込) 介助スタッフ追加 2,200円(税込)/名 ☆介助に介護保険がご利用可能な場合があります。(担当のケアマネジャーにご相談 ください。) ・機材利用料 普通の車いすは無料、リクライニング車いす 2,000円(税込)、 ストレッチャー 3,000円(税込) ☆タクシーメーターの運賃の一部に、我孫子市高齢者移送サービス利用券がご利用で きる場合があります。 ☆リフト車により、車いすに座ったままで乗り降りが可能な介護タクシーです。 ☆普通車1台、大型車2台ご用意しております。			
うぐいす ケアタクシー	泉4-1	080-3512-6420	8:00～18:00	事前の予約にて、 24時間対応可能 年中無休
	対象エリア：我孫子市、柏市、松戸市、流山市等々 千葉県内全域 ○タクシーメーターの料金+予約料(400円)+基本介助料(1,100円) ○機材利用料金 ・車いす(無料)、リクライニング車いす(2,000円)、ストレッチャー(4,000円) ・我孫子市タクシー券、我孫子市高齢者移送サービス利用券がご利用可能です。 ・障害者手帳のご提示により1割引になります。 ○クレジットカード利用可能です。			

事業者名	住 所	連絡先	受付時間	利用時間
	対象エリア・料金等			
	備 考			
豊島交通	東我孫子1-1-2	04-7183-5001	月曜日～金曜日 9:00～18:00	いつでも対応可能 (予約制)
	対象エリア：我孫子市、松戸市、野田市、柏市、流山市、(東葛地区) 我孫子着の場合は、他県発でも可能 ○市内1時間まで7,040円、以降30分ごと3,520円			
我孫子ピークル サービス	都部83-1	04-7192-8077	月曜日～金曜日 10:00～17:00 (休日を除く)	8:00～17:00 (原則) 年中無休
	対象エリア：我孫子市内(市外応相談) ○会費 1年間4,000円(2ヶ月 1,000円) ○10kmまで 1,500円、10km超～15kmまで 2,000円、15km超～20km まで 2,500円 ○待機料金 1時間15分まで500円 近距離区間利用時割引(片道5.5km以内の往復) 3,000円 → 2,500円			
ケアタクシー 「あびこ」	湖北台8-9-6	090-2538-1603	7:00～22:00 事前予約制 休日・当日も受付可	休日・深夜のご利 用は、予約時応相 談
	対象エリア：千葉県内発着であれば全国どこへでも ○初乗り2kmまで 750円 2km超90円 以降276mごと90円加算(待機時：1分40秒ごと90円加算) ○迎車料金 750円(最大) 当日も可能な限り対応致します。 基本介助料金 1,000円、院内・室内介助(ベッド移乗等) 1,000円、 階段介助(階毎に) 1,000円、 複数人介助(補助者1名につき) 4,500円 ※要事前打ち合わせ ノーマル車いす 使用料無料、リクライニング車いす 使用料2,000円/回 ストレッチャー 使用料4,000円/回 その他時間制料金(30分毎3,070円)もあります。			

事業者名	住 所	連絡先	受付時間	利用時間
	対象エリア・料金等			
	備 考			
ステップケア 介護タクシー	湖北台 10-7-13-203	04-7151-0333	24 時間 365 日対応	年中無休
	<p>対象エリア：出発、到着が千葉県であれば全国どこへでも ○初乗り 2km まで 750 円、266m 毎に 90 円加算 ○車いすで移動 5,000 円～（出発地より 3km 程度） ○ストレッチャーで移動 7,000 円～（出発地より 3km 程度） ※上記金額は目安です。</p> <p>○介護タクシーに看護師・ヘルパーの同乗が可能です。 看護師 3時間まで 11,000 円（税込） ヘルパー 3時間まで 5,500 円（税込） 転院、退院、受診時にご利用くださいませ。又、旅行、外出等もご利用ください。 ○部屋の片づけ、簡易な引っ越しも対応します。 ○訪問看護、訪問リハビリも行っています。 上記サービスをご利用の方は、介護タクシー特別割引致します。</p>			
介護タクシー ケアプライド	中里 140-5	04-7199-9483	平日 9:15～17:30	事前予約にて 24 時間対応可能
		070-1430-9591	24 時間	
<p>対象エリア：我孫子市、印西市、柏市、白井市等 千葉県全域 ○初乗り 1.27km 500 円、以降 263m ごとに 100 円 ○予約迎車料金 700 円／乗降介助料 1,100 円（利用時必ずかかります。） ○室内介助料 1,100 円 ○階段介助料 1,100 円（1 フロア昇降ごと） ○院内介助 30 分ごと 2,500 円 ○看護師の付き添い 30 分ごと 3,500 円</p>				

事業者名	住 所	連絡先	受付時間	利用時間
	対象エリア・料金等			
	備 考			
アイリス ケアリムジン	中里324	0120-307-068	月曜日～金曜日 9:00～17:00	いつでも対応可能 (予約制)
	<p>対象エリア：我孫子市内全域対応可能。 送迎範囲は、発着地のいずれかが千葉県内であれば全国。 ○初乗り迎車料金 750円 乗車 1km 含む 乗車 1km 以降 277m メートルごと 90円</p>			
	<p>予約料 400円/乗降介助料 1,000円 室内介助料 1,000円 階段介助料 1,000円 (1フロアごと) 院内介助料 2,200円 (30分ごと)</p>			
	<p>2人対応 4,400円 普通型車椅子 使用料無料 リクライニング車椅子 使用料 2,000円 ストレッチャー 使用料 4,000円</p>			
山口介護 タクシー サービス	南新木 4-17-8-102	090-2558-4079	9:00～19:00 (定休日：日曜日、 祝日)	9:00～19:00 早朝・夜等 応相談
	<p>対象エリア：我孫子市、柏市、松戸市、流山市、印西市中心。 千葉県内発着であれば、送迎範囲は他県も可能 ○初乗り 730円 ○介助料 1,000円～ 介助料や車いす・ストレッチャー のレンタル代などががかかります。 ※詳細はお問合せください。 病院往復や冠婚葬祭等、幅広く お手伝いいたしま す。</p>			



事業者名	住所	連絡先	受付時間	利用時間
	対象エリア・料金等			
	備考			
ハート&ハート	柏市豊四季61	04-7105-3725	月曜日～金曜日 9:00～18:00 年末年始を除く	9:00～18:00 (応相談)
	対象エリア：我孫子市、柏市、松戸市、流山市、野田市、千葉県内発着 ○2km まで 700 円、301m 毎に 90 円／停車中 1 分 50 秒毎に 90 円(大型車・ハイエース) 2km まで 660 円、320m 毎に 90 円／停車中 1 分 55 秒毎に 90 円 (普通車) ○障害者手帳の提示でメーター料金の 1 割引き ○基本乗降介助 1,000 円／回、室内移動介助 1,000 円／回、 階段介助 1,000 円／回 運転手以外の付添ヘルパー 2,500 円／時間			
株式会社 つぼみ	柏市 北柏2-15-6- B1	04-7163-7745	月曜日～金曜日 9:00～18:00	月曜日～金曜日 9:00～18:00 ※応相談
	対象エリア：我孫子市、柏市、松戸市、流山市中心。千葉県内発着対応。 ○予約料 500 円／回 ○初乗り 2km まで 710 円、2km 以降 297m 毎 90 円加算 ○10km 以下の走行 1 分 50 秒毎 90 円加算 ○迎車料金 無料 ○乗降介助料 1,248 円／回、その他介助料 2,114 円／回			
笑みりい	柏市緑ヶ丘23-2	090-5311-6797	月曜日～土曜日 8:00～17:00 (定休日：日曜、祝日)	月曜日～土曜日 8:00～17:00
	対象エリア：我孫子市、松戸市、野田市、柏市、流山市、鎌ヶ谷市中心 千葉県内発着対応 ○初乗り 780 円 時間制 30 分 3,210 円 ○迎車料金 780 円 (トヨタ ヴォクシー) ○乗降介助 1,000 円／回 ○運転手以外の介助者の配置 3,000 円／1 時間 ○病院内での付添介助 3,000 円／1 時間 ○付き添い無しの場合 2,000 円／回 ○上記以外で行っている独自サービス 車いす、リクライニング車いす (フルフラットタイプ)、ストレッチャー、 酸素ボンベ、スロープの貸出しあり。※室内移動、介助、料金は応相談。 ※感染予防として、乗車前に検温させていただいております。体温が37℃以上の方は お断りする場合がございます。マスクの用意をお願いしております。感染症の方は 利用できません。			

事業者名	住所	連絡先	受付時間	利用時間
	対象エリア・料金等			
	備考			
リムジン ケアサービス柏 	柏市 高田1252-10	04-7144-7997	月曜日～金曜日 20:00 まで 土曜日、日曜日、 祝日 18:00 まで	いつでも 対応可能
	対象エリア：千葉県内発着であれば日本全国対応 ○予約料 400 円 ○初乗り 760 円 初乗り移行 271m ごと 90 円加算 ○迎車料金 760 円			
	〇乗降介助 1,000 円 〇移乗・乗降介助 2,000 円 〇布担架介助 500 円 〇階段介助 1,000 円（1 階につき） 〇器材貸出 車いす（無料） リクライニング車いす（1,000 円） ストレッチャー（3,000 円） 〇他サービス希望の場合、料金詳細はHP参照。または、お問い合わせください。			
北柏 ケアタクシー	柏市 花野井1028-6	080-4366-9526	月曜日～日曜日 8:00～18:00	月曜日～日曜日 8:00～18:00
	対象エリア：千葉県内発着対応。 ○予約料 400 円、迎車料金 750 円 ○初乗り 2km 750 円、以降 277m 毎 90 円 ※メーター料金・貸切料金は、地域車両により異なる ○時間制 1 時間 6,120 円、以降 30 分単位で 3,060 円加算			
	○基本介助料 1,000 円 ○特殊介助料 室内移動付乗降介助（移乗及び段差介助） 1,000 円 階段昇降介助（ワンフロア昇降毎に） 1,000 円 ○機器使用料 車いす 無料 リクライニング車いす（簡易ストレッチャー） 2,000 円 ストレッチャー 4,000 円			

詳しくは、上の「二次元コード」よりホームページをご覧ください。

事業者名	住 所	連絡先	受付時間	利用時間
	対象エリア・料金等			
	備 考			
介護タクシー まるひと	柏市 名戸ヶ谷911	0120-998-172	24 時間 365 日対応	20:00 まで
	対象エリア：千葉県内発着対応。			
	○予約料 400 円、迎車料金 780 円 ○初乗り 2km 780 円、2km 以降 1 メーター毎 90 円 ○時間制 最初の 30 分 3,210 円、15km 走り			
	○乗降介助料 1,100 円			
あんしん 介護タクシー	白井市 西白井4-4-2-10 1	080-3912-5780	24 時間対応	24 時間対応 (要予約)
	対象エリア：千葉県内発着であれば対応			
	○予約料 400 円 ○初乗り 2km 780 円（迎車料含む）、以降 264m 毎 90 円 ○時間制 最初の 30 分 3,150 円			
	○基本介助料（ケアチャージ） 1,100 円 ○室内移動付乗降介助 1,100 円 ○階段昇降介助（ワンフロア昇降毎に） 1,100 円 ○特殊介助 応相談 ○車いす使用料 無料 ○リクライニング車いす 2,100 円 ○ストレッチャー 4,100 円			

事業者名	住所	連絡先	受付時間	利用時間
	対象エリア・料金等			
	備考			
介護タクシー は〜とふる	印西市 木刈2-24-2	080-5400-8341	24 時間対応	24 時間対応 (要予約)
	<p>対象エリア：千葉県内発着であれば対応。 ○初乗り 2km 700 円（大型車）、以降 301m 毎に 90 円 ※詳細については、HP をご覧ください。</p> <p>○乗降介助料 1,000 円 ○車いす 500 円 ○リクライニング車いす（フラット可能型） 2,000 円 ○ストレッチャー 3,000 円 ※料金の詳細についてはお問い合わせください。</p>			
菜のはな	白井市 大山口1-17-17	090-7239-2046	24 時間対応	24 時間対応 (要予約)
	<p>対象エリア：我孫子市、白井市、柏市、印西市、鎌ヶ谷市、松戸市、船橋市、 市川市中心、県外応相談</p> <p>○予約料 400 円 ○初乗り 2km 780 円、以降 264m 毎 90 円 ○時間制 最初の 30 分 3,210 円 ○迎車料金 ドライバーがお迎えに上がる時点でメーターを回す</p> <p>基本介助料（ケアチャージ） 1,100 円 機器使用料 車いす 無料 リクライニング車いす（簡単ストレッチャー） 3,100 円（乗降介助含） ストレッチャー（寝ながらの輸送） 5,100 円（乗降介助含）</p>			
ふくろう 福祉タクシー	茨城県守谷市 大柏1007-24	0297-34-0294	24 時間対応	24 時間対応 (要予約)
	<p>対象エリア：茨城県内発着であれば対応</p> <p>○初乗り 2km 740 円、以降 277m 毎 90 円 ○時間制 最初の 30 分 3,050 円 ○迎車料金 740 円</p>			

事業者名	住 所	連絡先	受付時間	利用時間
	対象エリア・料金等			
	備 考			
介護タクシー 輝	流山市駒木 560-30	070-1401-0077	7:00~19:00	24 時間対応 (要予約)
	対象エリア：我孫子市、松戸市、野田市、柏市、流山市中心 県内発着であれば日本全国対応 ○予約料 400 円 ○初乗り 2km 780 円、以降 264m 毎 90 円 ○時間制 最初の 30 分 3,210 円 ○迎車料金 780 円			
介護タクシー さかえ	栄町安食ト杭新田 902-33	080-3555-0294	24 時間対応	8:00~19:00 (要予約)
	対象エリア：県内発着であれば関東一円 ○初乗り 大型車 2km 750 円、以降 277m 毎 90 円 ○時間制 30 分大型車 3,060 円 ○乗降介助等 1,000 円 当社は安心の消防本部認定患者搬送事業者です。			
介護タクシー ハッピーハート 本部	酒々井町上岩橋 141-7	043-496-8886	月曜日～土曜日 8:00~17:00	月曜日～土曜日 8:00~17:00
	対象エリア：我孫子市、酒々井町近辺発着対応。 ○初乗り 2km 680 円、以降 277m 毎 90 円 ○時間制 最初の 30 分 3,060 円 ○迎車料金 320 円			

◆一般タクシー（市内）一覧

名称	所在地	連絡先	夜間対応
(株) ニュー東豊	我孫子	04-7183-3322	19時まで
京成タクシー東葛株式会社	我孫子	047-394-5519	24時間
今井タクシー有限会社	天王台	04-7182-1341	17時まで
豊島交通株式会社(リックタクシー)	天王台	04-7183-5001	2時まで
アリビラタクシー	湖北	04-7187-1777	19時まで

コラム④ 「終活について」

「終活」という言葉はご存じでしょうか？

誰もが必ず向き合う最期の瞬間…それに向けて、やっておきたいこと、やっておかなければならないと思うことはありますか？ それを実際にやっておくこと、それを「終活」と言います。

いざ、終活を始めようと思っても、持ち物の整理、相続の対策、お墓のこと、葬儀のことなど、「何から手をつけて良いかわからない。」という方も多いと思います。あるいは、誰に相談をしたら良いかわからないという方や頭では分かっている、ついつい先延ばしにしているという方もいるかもしれませんね。

市では、終活を始めるために、自分の考えや希望を整理して共有するための「設計図」として、「エンディングノート これまでの私とこれからの私へ ～あびこ人生アルバム～」を作成しました。

残された時間を大切に生きるために、自分自身や大切な家族と向き合うこと、これまでの人生をじっくりと振り返ること、エンディングノートを通じて始めてみませんか？

* 「エンディングノート これまでの私とこれからの私へ ～あびこ人生アルバム～」

は、我孫子市役所高齢者支援課・各地区の高齢者なんでも相談室・各近隣センター・各行政サービスセンター・我孫子市社会福祉協議会・各地区社会福祉協議会の窓口にて無料配布しております。

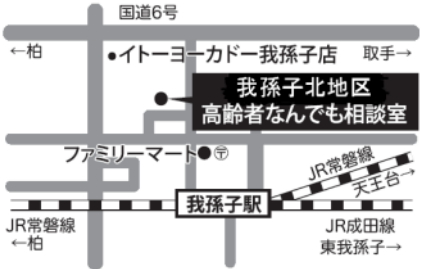

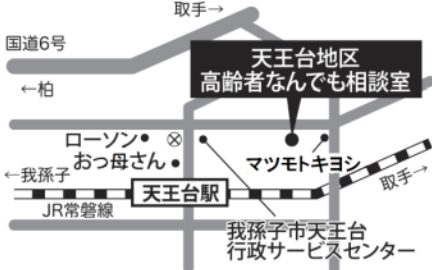
●問い合わせ先…我孫子市役所 高齢者支援課 04-7185-1112

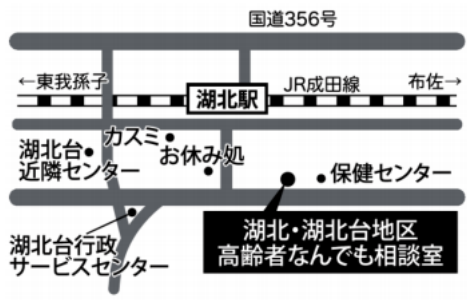



8. 相談窓口

◆高齢者なんでも相談室

地域の高齢者の方々が、住み慣れた地域で安心して、その人らしい生活を継続していることができるように、介護・福祉・健康・医療など、さまざまな面から総合的に支えるための相談・支援を行います。

地区	所在地・電話	担当地区	地図
我孫子北地区	我孫子 4-5-28 山長第6ビル 1F 04-7179-7360 【利用できる日】 毎週月～金曜日 第2・3・4・5土曜日 第1日曜日 ※令和5年4月1日～ 毎週月～金曜日 第1・2・4・5土曜日 第3日曜日	布施、布施下、弁天下、久寺家、根戸※、つくし野、台田、我孫子※、並木 ※根戸・我孫子は鉄道線路の北側	
我孫子南地区	緑 1-4-5 モリエビル 1F 04-7199-8311 【利用できる日】 毎週月～土曜日 第2日曜日	根戸※、根戸新田、呼塚新田、船戸、我孫子※、我孫子新田、白山、本町、緑、寿、栄、若松 ※根戸・我孫子は鉄道路線の南側	
天王台地区	柴崎台 4-5-13 クオリティヒル大塚 1F 04-7182-4100 【利用できる日】 毎週月～土曜日 第4日曜日	泉、天王台、東我孫子、柴崎、柴崎台、北新田、日の出、青山台、青山、南青山、高野山、高野山新田、下ヶ戸、岡発戸、岡発戸新田、都部、都部新田、都部村新田	

地区	所在地・電話	担当地区	地図
湖北・湖北台地区	湖北台 1-12-19 04-7187-6777 【利用できる日】 毎週月～金曜日 第2・3・4・5土曜日、 第1日曜日	湖北台、中峠台、中峠、中峠村下、中里、中里新田、古戸、日秀、日秀新田、上沼田	 <p>湖北・湖北台地区 高齢者なんでも相談室</p> <p>※令和5年度移転予定。</p>
布佐・新木地区	布佐平和台 4-1-1 04-7189-0294 【利用できる日】 毎週月～土曜日 第4日曜日	新木、新木野、新木村下、中沼田、南新木、布佐西町、布佐、布佐平和台、江蔵地、都、新々田、三河屋新田、相島新田、相島、大作新田、布佐下新田、浅間前新田、浅間前、下沼田	 <p>布佐・新木地区高齢者 なんでも相談室</p>
我孫子市 高齢者 なんでも 相談室	我孫子 1858 (高齢者支援課内) 04-7185-1112 【利用できる日】 毎週月～金曜日	市内全域	市役所西別館の3階 高齢者支援課内です


- 開室時間…午前8時30分から午後5時まで
- 祝日（ただし、土曜日は祝日でも開室）及び12月29日から1月3日は閉室
- 土曜日と日曜日は、電話及び窓口での相談のみ受け付けます。
（介護保険利用の申請等、市役所への手続きはできません。）

◆民生委員・児童委員

活動内容	地区ごとに配置された民生委員・児童委員が、生活に困っている方や高齢者、児童、障害等の問題で悩んでいる方々の相談・援助を行い、地域福祉の増進に努めています。
問合せ先	社会福祉課 04-7185-1113



◆我孫子市社会福祉協議会

<p>事業内容</p>  <p>abiko-shakyo.com</p> <p>詳しくは上の「二次元コード」よりホームページをご覧ください。</p>	<p>社協（しゃきょう）の略称で知られている社会福祉協議会。社会福祉協議会は、民間の社会福祉活動を推進することを目的とした営利を目的としない民間組織です。昭和26年（1951年）に制定された社会福祉事業法（現在の「社会福祉法」）に基づき、全国に設置されています。</p> <p style="text-align: center;"><u>【高齢者福祉サービス等に関する事業のみ】</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ●地区社会福祉協議会 行事、見守り、交流、体操教室など 電話訪問サービス … 14 ページ ●あんしんカード配布事業 … 94 ページ ●車いす・スロープの貸出… 79 ページ ●あい・あびこ… 20 ページ ●移送サービス… 80 ページ ●ボランティア市民活動相談窓口 て・と・り・あ ボランティアに来てもらいたい、ボランティアしたい方の仲介をします。（電話04-7185-5233） ●生活福祉資金貸付制度・善意銀行 困窮世帯に対しての生活資金等の貸付。 ●あびこ後見支援センター 成年後見制度の相談・弁護士相談 社会福祉協議会による法人後見 ●日常生活自立支援事業 自分の判断で福祉サービスを利用したり、利用料を支払ったりすることが困難な方を援助する事業です。 <ul style="list-style-type: none"> ①福祉サービスの利用援助 ②財産管理サービス ③財産保全サービス
<p>所在地</p>	<p>我孫子市我孫子1861</p>
<p>問合せ先</p>	<p>我孫子市社会福祉協議会 04-7184-1539</p>

9. その他

◆あんしんカード

我孫子市社会福祉協議会では、自宅で具合が悪くなり救急車を呼ぶ「もしも…」のとき又は、災害時の安全と安心を守る取り組みとして、あんしんカード（あんしん医療情報カード）配布事業を実施しております。

かかりつけ医や服用内容などの医療情報を記入したカードを入れた筒型の容器を冷蔵庫に保管し、救急時（119番出動）に、本人等が病状等を説明することができない場合、救急隊が保管された情報をもとに、「かかりつけ医療機関」や「搬送先医療機関」などと連絡・連携し、迅速な救命措置に役立てます。

<配布>

無料配布

1. 65歳以上の一人暮らしの高齢者
2. 65歳以上の高齢者のみの世帯
3. 障害者手帳をお持ちの世帯

有料配布

上記以外の世帯の方、1セット100円

※購入希望者には、我孫子市社会福祉協議会・6地区社会福祉協議会で販売します。

1世帯に、筒1本とステッカー1シート、カードを人数分お渡しします。



問い合わせ先：我孫子市社会福祉協議会 04-7184-1539

高齢者のための日常生活困ったときガイド

我孫子市高齢者地域ささえあい会議 事務局：我孫子市社会福祉協議会宛

F A X : 04-7184-9929

提供者名 () 連絡先 ()

事業名	
事業所名	
電話番号	
住所	
営業時間・定休日	
利用料金	
活動範囲	
サービス内容	

※高齢者の日常生活支援を行う、企業・商店・団体等の情報をお待ちしています。
※提供いただいた原稿は、掲載確認をとり、ホームページ（随時）・困ったときガイド改訂版
作成の際に掲載させていただきます。

我孫子市高齢者地域ささえあい会議とは

■生活支援体制整備事業 — 我孫子市高齢者地域ささえあい会議・活動 —

高齢化の進行に伴い、厚生労働省においては、団塊の世代（約 800 万人）が 75 歳以上となる 2025 年（令和 7 年）を目途に、高齢者の尊厳の保持と自立生活の支援の目的のもので、可能な限り住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができるよう、地域の包括的な支援・サービス提供体制（地域包括ケアシステム：「医療・介護・生活支援・介護予防・住まい」の 5 つの要素が連携しながら、高齢者の在宅生活を支える仕組み）の構築を推進しています。

地域のニーズにマッチした生活支援サービスの開発や調整に取り組むため、市町村単位で第 1 層協議体、日常生活圏域（中学校区域等）で第 2 層協議体を設置する全国共通の取組みが始まっており、これを「我孫子市生活支援体制整備事業」と言います。我孫子市では、2016 年（平成 28 年度）から、我孫子市社会福祉協議会が市より事業委託を受けて、実施しています。

この第 1 層、第 2 層の協議体には、「生活支援コーディネーター（地域支え合い推進員）」を配置しています。

生活支援コーディネーターの役割は、生活支援の担い手の要請やサービス開発等の資源開発、関係者のネットワーク化の推進、地域の支援ニーズとサービス提供主体のマッチング等です。

○第 1 層コーディネーター 1 名（市域担当）

○第 2 層コーディネーター 6 名（地区担当 地区社協担当者が兼務）

■我孫子市高齢者地域ささえあい会議（第 1 層協議体）

第 1 層協議体では、市域全体の生活課題を検討し、活動しています。各種方面の 12 名の方が委員に就任していただいています。

主な活動

○高齢者の生活の現状や課題について検討…平成 28 年度～

○地域ささえあい交流会～地域についてしゃべる場～…平成 30 年度～ 年 1 回実施

高齢者団体、高齢者を支える市民団体（地区社協、見守り組織、ふれあいサロン、NPO 法人等）、民間企業、各種相談機関による交流会。顔を合わせ、連携のキッカケを作り、民間企業（福祉サービス提供団体）も高齢者の見守りや相談に参加いただけるよう推進しています。

○「高齢者のための日常生活困ったときガイド」の発行…平成 30 年度、令和 2 年度

平成 30 年度に相談機関用に 1,000 部作成。（相談機関、民生委員、ケアマネ・病院・民間企業に無料で配布。）

令和 2 年度は、改訂版を相談機関用に 1,000 部、一般配布用に 1,500 部（1 冊 300 円）を作成。また、スマホ・タブレット用サイトを設置。（令和 3 年 3 月～）

令和 4 年度は、情報を追加・更新し、改訂版を 2,000 部発行。

我孫子市高齢者地域ささえあい会議（第1層協議体）構成団体

（任期：令和2年12月1日～令和4年11月30日）

- 我孫子市介護支援専門員連絡協議会
介護老人保健施設 我孫子ロイヤルケアセンター
- 我孫子市介護サービス事業者連絡協議会
特定非営利法人 在宅福祉サービス まどか
- 我孫子市孤立死防止対策連絡協議会
日本郵政株式会社 我孫子郵便局
- 我孫子南地区高齢者なんでも相談室
- 我孫子市シニアクラブ連合会
- あびこ市民活動ネットワーク
特定非営利法人 わごころ
- あびこ市民活動ステーション
- 就労支援事業所 エール我孫子
- 株式会社 大山清運
- 我孫子市民生委員児童委員協議会
- 公益社団法人 我孫子市シルバー人材センター
- 社会福祉法人 我孫子市社会福祉協議会

（任期：令和4年12月1日～令和6年11月30日）

- 我孫子市介護支援専門員連絡協議会
特別養護老人ホーム 久遠苑
- 我孫子市介護サービス事業者連絡協議会
アコモード指定居宅介護支援事業所
- 我孫子市孤立死防止対策連絡協議会
日本郵政株式会社 我孫子郵便局
- 我孫子天王台地区高齢者なんでも相談室
- 我孫子市シニアクラブ連合会
- あびこ市民活動ネットワーク
特定非営利法人 わごころ
- あびこ市民活動ステーション
- 就労支援事業所 エール我孫子
- 株式会社 大山清運
- 我孫子市民生委員児童委員協議会
- 公益社団法人 我孫子市シルバー人材センター
- 社会福祉法人 我孫子市社会福祉協議会

高齢者のための日常生活困ったときガイド

発行日：2023年2月1日（改訂版）

発行者：我孫子市高齢者地域ささえあい会議

我孫子市社会福祉協議会

我孫子市役所 高齢者支援課

事務局 社会福祉法人 我孫子市社会福祉協議会

〒270-1166 千葉県我孫子市我孫子 1861

電話：04-7184-1539 FAX：04-7184-9929

メール：postmaster@abiko-shakyo.com



詳細は、上の「二次元コード」より、ホームページをご覧ください。