

移動(外出)支援

●エンジョイライフくじ 「おでかけサポート」

☎ **090-7073-7165**

高齢や障がいなどにより1人での外出が難しい方。介護初任者研修修了者が対応。
提供日時 平日 8:30～17:30
【料金】1時間 4,950円 対応時間外は料金変動(要相談) ※移動のみのご利用はできません。の見守り保険有(要相談)

●介護タクシー まるな

☎ **080-1667-0220**

介護タクシー、訪問美容、また、清掃やお買い物代行などの生活支援サービスを実施
ご利用にあたり、事前の予約が必要
料金等の詳細はお問合せ下さい

見守りサービス

●日本郵便(株) 「みまもりサービス」

☎ **0194-53-3318**

🏠 中の橋 1-44

見守り訪問・見守り電話サービス
【料金】
見守り訪問サービス月1回(30分) 2,500円/月
見守り電話サービス(固定電話) 1,070円/月
(携帯電話) 1,280円/月
※見守り訪問サービス利用者には、追加料金無料の見守り保険有(要相談)

(公的機関以外の)無料・相談窓口

●NPO法人 元気でらす縁 ※保健師、社会福祉士、ケアマネ対応

☎ **0194-66-8011**

🏠 門前 37-56-1

電話、対面による困りごと相談
月～金曜 10時～15時
※ゆっくり相談したい場合は事前予約が必要

●久慈地域傾聴 ボランティアところ

☎ **0194-53-5011**

(団体代表者宅)

傾聴ボランティア養成講座を修了した方々による、ボランティア団体による施設、個人等への傾聴活動(事前予約必要)

●こころとからだの 相談センター

※ボランティアスタッフ対応

☎ **0194-53-3652**

電話、対面による困りごと相談
必要に応じて保健師等への相談をご案内いたします 平日 9時～12時

●こはくのまちの保健室

※看護師が対応

☎ **0194-53-2580**

🏠 京の森 7-19-39

健康相談、高齢者、認知症等へのお悩み相談
開催日は久慈広報をご確認ください
留守番電話可

★記載内容の詳細については、事業者もしくは活動団体に直接お問い合わせください。

★一覧に連載されていない介護保険外サービス、助け合いの情報をお持ちの方は下記までお問合せ下さい。

問合先:久慈市社会福祉協議会 TEL 0194-53-3380
久慈市地域包括支援センター TEL 0194-61-1557
NPO法人元気でらす縁 TEL 0194-66-8011

※日々の生活の「困った」を、お手伝いします。悩んだ時にはご相談ください。



久慈市で利用可能な 生活支援サービス情報



昼食・夜食配食サービス

令和8年4月1日現在

●ファミリーサポート おひさま 「配食サービス」

☎ **0194-52-4799**

🏠 栄町 32-35-1

対応について個別に相談
施設から4km以内の範囲 一部地域要相談
【料金】1食 580円

●一般社団法人 コノハナサカス

☎ **0194-66-7071**

🏠 中央 3-26

手作り弁当・おにぎらず・団子・大福などの配達
提供日時 7:00～16:00
定休日 日曜日、祝日、年末年始
【料金】1食 600円(商品により異なります。)
※お届け距離によりお受けできない場合があります。詳細についてはお問合せください。

●特別養護老人ホーム こはく苑

☎ **0194-53-3600**

🏠 小久慈町 19-118-1

月～土曜日対応
施設周辺2km以内の範囲限定
【料金】1食 600円(税込)

●いわて生協 夕食宅配センター ※ご利用にあたり、生協組合員の 登録が必要

☎ **0120-194-502**

🏠 新井田 3-98-1

月～金曜日の週単位対応
【料金】1食 680円～788円(税込)
① お弁当コース ② おかずコース
③ まん福コース
(④ 朝昼用セット ⑤ 土日バランスセット)
※①～③利用者限定

配達、販売

●移動スーパー とくし丸

☎ **0120-1094-80**

🏠 長内町 29-10-1

冷蔵庫を完備しており、生鮮食品、お惣菜の他、お米や日用品等含め、たっぷり400品目の移動販売
週2回程度の定期巡回
※現在、久慈市の河北部のみ巡回

●ファミリーマート 久慈旭町店

☎ **0194-61-1441**

🏠 旭町 8-17

電話で注文、自宅へ配達
10時～20時
山形町、山根町除く
【料金】店内商品1,000円以上買い物で
無料で配達(商品購入代金のみ)

家事サービス		
●NPO 法人元気でらす縁 「有償ボランティア（ヘルパー）事業」	 0194-66-8011  門前 37-56-1	買い物、その他の生活支援等、通院同行（送迎はしていません）、ヘルパー有資格者等による支援 【料金】 <u>1 時間 800 円</u> <u>以降 30 分毎に +400 円</u> 別途交通費の負担有 1 回 500 円
●久慈市社会福祉協議会 「あんしんサポート事業」	 0194-53-3380  旭町 7-127-3	ゴミ出し、洗濯、掃除、草取り、外出・通院介助、買い物、雪かき等 （人工透析通院介助不可、定期的な利用は要相談） 【料金】 <u>入会金 1,000 円</u> <u>1 時間 500 円</u>
●デーリー東北新聞社 「まごころサポート事業」	 0120-979-141 （コールセンター）	電球交換、雪かき、草刈り、病院付き添い、買い物代行、エアコン清掃など、色々な困りごとの相談承ります。市内全域、高齢者に限らず対応可。 【料金】 サービス料金＋交通費として別途 500 円 ※詳細はお電話にて。
●久慈市 シルバー人材センター 「シルバー会員による支援」	 0194-52-1154  新中の橋 5-28-4	ふすま、障子張替、修繕程度の軽い大工仕事、留守番、草刈り等（要相談） ※高所作業など危険を伴う作業は不可 高齢者ができる仕事に限る 【料金】 <u>1 日 1 人当たり 6,000～10,000 円</u>
●セカンドビズ 「便利屋＆リサイクル」	 0194-52-2570  中央 2-35	一軒家の片づけから不用品の処分、引越し手伝い、草刈り、墓掃除、窓ふき、雪かきなど出来る事なら何でも可。お気軽にご相談下さい。 【料金】 <u>スタッフ 1 名/1 時間 3,000 円</u>
●就労継続支援 A 型事業所 「コノハナサカス環境整備部」	 0194-66-7023  夏井町夏井 9-36-2	草刈り、草取り、除雪、家の片づけ等を就労者と一緒に行う。久慈市内対応も要相談 月～金 8 時～16 時（電話受付） 【料金】 <u>基本料金：1 時間 1,100 円</u> 交通費として別途 1,000 円徴収 （利用時間、内容により料金変動）
●すまいる便利社	 090-7062-8000  洋野町小子内 6-38-2	外出支援、通院・入院時支援、家事代行、家具等の修繕（支援に必要な材料費等は実施負担）等要相談。 営業時間 9 時～18 時 【料金】 ・ <u>家事代行・生活支援サービス</u> <u>1,300 円/30 分</u> <u>2,500 円/1 時間</u> <u>他交通費</u> ・ <u>修繕・管理サービス：3,000 円/60 分</u> <u>出張料：2,000 円</u>
●エンジョイライフくじ 「片付けサポート」 「家事代行サービス」	 090-7073-7165	一般家事全般、片付けサポート 久慈市内近郊、交通費 【料金】 <u>1 回 2 時間 6,000 円（週 1 回以上契約）</u> 1 回限りの依頼も可能（詳細は電話にて） ※ 1 か月前から予約 営業時間も要相談 清掃マスター、整理収納、生前整理アドバイザー他、保有資格あり
●便利サービスさくら	 0194-55-3656  寺里	掃除、片付け、草取り、病院付添、買い物同行、話し相手、お墓の掃除、ペットのお世話など その他、ちょっとしたお困りごと何でも！ 【料金】 ・1 時間まで 1,000 円 ・その後 30 分毎に 500 円加算 ※詳細はお電話にて。お気軽にお問い合わせください。

家事サービス		
●MER（メル） 訪問看護ステーション	 0194-66-7603  寺里 30-79-8 リバーサイドハイツ 1 号	看護師による受診同行サービス。医師への伝達や服薬状況の確認など、医療的サポートを行います。（市内病院を対象） 営業時間 9:00～17:00（土日祝 9:00～16:00） 定休日 年末年始、お盆（相談可） 【料金】 <u>90 分 5,500 円（30 分延長毎に 1,100 円）</u> ※ご利用にはケアマネジャーの介在が必須。
●生活サポート業 さん・よん角	 080-6444-4593	服薬介助、通院同行、買い物、食事の準備、床拭き、洗濯干し等 営業時間 9:00～16:30 定休日 火・土・日曜日 【料金】 <u>1 時間 2,000 円、2 時間 3,800 円</u> ※サービス内容によって料金が変わります。詳細はお電話にて。 ※ペットを飼っている方は対象外です。
●一般社団法人 人生まるごと 支援センター	 0194-52-0043  川崎町 12-3	定期的なハウスクリーニング 敷地内の草刈り・草取り 家財の整理、空き家の管理、終活のお手伝い 様々な相談や支援を行います。 【料金】 <u>要相談（地区や時間帯も要相談）</u>
●就労継続支援 B 型事業所 ふらっと	 0194-75-4815  本町 2 丁目 25	草取り、雪かき 月～金 10:00～15:00 【料金】 <u>1 時間 5,000 円</u> 詳細は要相談
●社会福祉法人琥珀会 「就労継続支援 B 型 あんぶる」	 0194-53-3600	お墓の清掃、お供えとお参りの代行 【料金】 ・清掃（1 回）5,000 円・墓石磨き（1 回）5,000 円 ・花（1 回）5,000 円 ・線香（1 回）2,000 円 ※割引サービスあり。詳細はお電話にて。

移動（外出）支援		
●コアラいわて（有）	 0194-53-5054  京の森 7-19-32	要介護状態にある方 小袖、山形、山根地域対応不可 【料金】 <u>基本料金 610 円</u> <u>300m 毎に 100 円追加</u>
●（株）ヒカリ総合交通	 0194-52-3333  小久慈町 36-25-39	車いす、ストレッチャー対応車有（どなたでも対応可）365 日 24 時間対応 【料金】 <u>距離と時間で変動</u>
●（株）三河交通観光	 0194-53-6161  中央 2-13	車いす対応車有（家族等の支援者帯同が必須） 【料金】 <u>タクシー料金 + 500 円</u>
●特別養護老人ホーム こはく苑	 0194-53-3600  小久慈町 19-118-1	車いす対応の福祉車両の貸し出し 日曜日限定 【料金】 <u>使用分のガソリン代のみ</u>