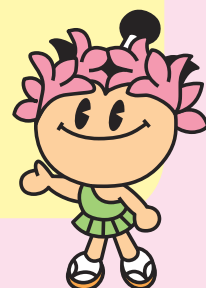


高齢者の生活をささえる くらしの便利帳



イラスト協力:修明高校ボランティア愛好会

ひなたぼっこ(棚倉町協議体)、棚倉町健康福祉課
棚倉町社会福祉協議会、棚倉町地域包括支援センター

も く じ

1. 生活支援

- ①配達、移動販売をしてくれるお店 P1～3
- ②送迎・出張カットをしてくれる理容店 P3
- ③移動支援 P4

2. 高齢者の福祉サービス P4～6

3. 地域包括支援センターのご案内 P7

4. 棚倉町シルバー人材センターのご案内 P7

5. ボランティアセンターのご紹介 P8

6. 通いの場 P9

～高齢者のくらしを支える便利帳の発刊について～

この便利帳は、高齢者の方が住み慣れた地域で安心して暮らしていけるように、日常生活を少しでもサポートできればという思いから作成することになりました。令和3年の初版作成から5年が経過したため改訂版を発行いたします。発行にあたっては、町内の事業者様のアンケート協力と修明高校ボランティア愛好会の皆さんにイラスト作成を協力いただいています。ご協力ありがとうございました。

なお、情報は変わっていくことが想定されますので、詳細については各事業所へお問い合わせください。

【お問い合わせ先】

棚倉町社会福祉協議会 TEL 33-2623 FAX 23-1525

棚倉町地域包括支援センター TEL 33-7811

1. 生活支援

①配達、移動販売をしてくれるお店（順不同）



棚倉地区 食料品、お弁当、飲食店

福寿司 ☎33-3058

営業時間：11:00～23:00

定休日：水曜日

対象地区：旧町内

★注文の際は、くらしの便利帳を見たと言ってください♪

広瀬乳業 ☎33-3431

営業時間：8:00～17:00

定休日：土日、祝日

対象地区：町内全域

★乳飲料品を販売



斉子酒店 ☎33-3302

営業時間：8:30～20:00

定休日：火曜日

対象地区：町内全域

★購入時に送迎対応も可能。（酒類・食品）

みどりや食堂 ☎33-3369

営業時間：11:00～19:00

定休日：不定休

対象地区：旧町内

★店の状況によって配達できない場合があります。

郡山ヤクルト販売棚倉センター ☎0247-33-4457

営業時間：9:00～15:00

定休日：土日、祝日 対象地区：町内全域

★訪問販売はフリーダイヤル(0247-28-9602)でお申し込みください。

白川屋 ☎33-2728

営業時間：8:00～18:00

定休日：日曜日

対象地区：旧町内

★2,000円以上の買い物で配達いたします。

石安米肥店 ☎33-3401

営業時間：8:00～17:00

定休日：日、祝日

対象地区：町内全域

★3,000円以上の買い物で配達いたします。

鎌田屋酒店 ☎33-3336

営業時間：8:00～19:30

定休日：日曜日

対象地区：町内全域

★1,000円以上の買い物で配達いたします。

(有)大楢食品 ☎33-3403

営業時間：10:00～17:00

定休日：日、祝日（年未年始12/1～1/2）

対象地区：町内全域

★2,000円以上の買い物で配達可。
配送時間の指定は不可。

伊藤精肉店 ☎33-3022

営業時間：7:00～19:00

定休日：不定休

対象地区：旧町内以外は要相談

★1,000円以上の買い物で配達いたします。

農産物直売所 田舎すだち ☎33-6160

営業時間：9:30～18:00

定休日：不定休

対象地区：町内全域

★3,000円以上の買い物で配達可。
日・祝日、9月、10月は除く。

ユニフーズ ☎33-3419

営業時間：8:00～16:00

（土日祝日は予約のみ可、8:00～11:00）

定休日：日、祝日（予約のみ営業）

対象地区：町内全域

★高齢者向けお弁当あり。訪問時の異変を家族に知らせる見守りサービス付き。

社川地区 食料品、お弁当、飲食店

薄井商店 ☎33-2636

営業時間：7:00～19:00

定休日：木曜

対象地区：町内全域

★食料品、酒類。1,000円以上の買い物で配達いたします。

玉屋菓子店 ☎33-4041

営業時間：9:00～18:00

定休日：第1, 3日曜

対象地区：社川地区内

★1,000円以上の買い物で配達いたします。

まるや食堂 ☎33-2741

営業時間：11:00～14:00

定休日：不定休

対象地区：逆川区内

近津・山岡地区 食料品、お弁当、飲食店

生鮮市場ちかつや

☎33-2517

営業時間：9:00～18:30

定休日：水曜

★日時、場所によっては都合が合えば配達可能な場合もあるのでお問い合わせください。

移動販売

会田鮮魚店（浅川町）

☎090-2602-4252

営業時間：12:00～14:00

対象地区：堤区(正午～午後2時)

岡田区(水曜日正午～午後1時)

★2,000円以上の買い物で自宅への訪問も可能です。

水野商店（鮫川村）

☎090-1494-6384

営業時間：12:00～12:30

対象地区：岡田区

★毎週木曜日に岡田区内で移動販売をしています。

町外事業所 食料品、お弁当、飲食店

(株)ヨシケイ福島白河営業所

☎0248-31-0056

営業時間：8:30～17:30

定休日：土日、祝日

対象地区：町内全域

★ヨシケイのカタログで注文。
ネット注文、お試し割引あり。



衣料品・日用品・クリーニング

和田時計店 ☎33-3330

営業時間：10:00～19:00
定休日：水曜
対象地区：町内全域



メガネ工房うつき ☎33-2467

営業時間：9:00～18:00
定休日：月曜、第3日曜
対象地区：町内全域



(有)大和 ジョイハウス ☎33-6621

営業時間：9:30～18:00
定休日：火曜
対象地区：町内全域
★クリーニングの配達



太陽堂靴店 ☎33-2459

営業時間：9:00～19:00
定休日：不定休
対象地区：町内全域
★3000円以上のお買い物で配達可。TEL
連絡により、営業及び修理等対応します。

燃料店・電気店

ソリッドショップせきかわ ☎33-5809

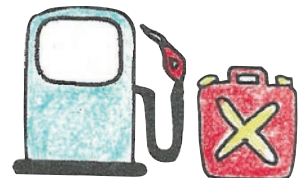
営業時間：9:00～18:00
定休日：火曜、祝日
対象地区：町内全域
★2,000円以上の買い物で配達可。家電品
の点検・修理。

(株)シーズ 社川給油所 ☎33-3668

営業時間：7:00～19:00
定休日：日曜
対象地区：町内全域
★灯油の配達。

(株)シーズ流給油所 ☎33-2167

営業時間：7:30～19:00
定休日：不定休
対象地区：町内全域
★灯油の配達。
日、祝日は営業時間が8:00～18:00。



②送迎、出張カットをしてくれる理容店※

カットサロンきくち ☎33-4840

営業時間：9:00～18:00
定休日：月・火・土日祝日
対象地区：町内全域
★出張カット対応可能です。

緑川美容室 ☎33-3416

営業時間：8:30～18:00
(最終受付 17:00 まで)
定休日：月曜、第1, 3月曜、火曜
対象地区：町内全域
★職員の勤務体制によって対応不可な場合
あります。

理容じゅうごや ☎33-1538

営業時間：8:00～19:00
定休日：月曜
対象地区：町内全域
★出張カット対応可能です。

理容 シオダ ☎33-5838

営業時間：8:00～18:00
定休日：月曜
対象地区：町内全域
★土日、祝日は送迎対応できません。

③移動支援

あいタクシー ☎33-8800

営業時間：7:00～23:30

定休日：無休

対象地区：町内全域



ときわタクシー ☎33-2176

営業時間：7:30～23:30 午前1時

定休日：無休

対象地区：町内全域

(有)ちかつタクシー☎33-2722

営業時間：8:00～23:30

定休日：不定休

対象地区：町内全域

※掲載されている情報は令和7年9月現在のものです。情報は変わっていくことが想定されますので、詳細は各事業所にお問い合わせください。

2. 高齢者の福祉サービス

お問い合わせ：棚倉町保健福祉センター 健康福祉課高齢者係 ☎33-7801

棚倉町地域包括支援センター ☎33-7811

緊急通報装置・火災報知器貸与事業

自宅の固定電話やご自身の携帯電話を利用して急病や災害時に緊急ボタンを押すと、サービスセンターへ通報され、救護活動を行います。また、24時間体制で看護師や相談員が待機し、いつでも健康相談や心配ごと相談ができます。

■対象者：おおむね65歳以上のひとり暮らしの方、ひとり暮らしの身体障がい者等

■利用料：町県民税の課税状況により自己負担がある場合もあります。(毎年8月に決定)。

非課税世帯は無料。★緊急連絡先として、2名(少なくとも1名は親族)の登録が必要。

緊急連絡カード/携帯版・緊急カード作成

かかりつけ医や親族、関係機関等の連絡先を記したカード(A4サイズ)や携帯版を発行します。

■対象者：65歳以上のひとり暮らしの方等

■利用料：無料

高齢者見守り標識(QRコード)利用事業

ひとり歩き中に道に迷うおそれがある高齢者毎にQRコードシールを交付します。万が一保護された場合、読み取るとコールセンターの連絡先が表示され、連絡することで身元の特定につながります。

■対象者：おおむね65歳以上で道に迷うおそれのある方

■利用料：無料

家族介護用品支給事業(オムツ券等支給)

在宅で要介護高齢者を介護している家族に対し、経済的負担の軽減のため介護用品と引き換えられるクーポン券を支給します。

■対象者及び支給額 生計中心者の町県民税課税額が12万円未満の方で

要介護2～3 2,000円/月

要介護4～5(課税世帯)3,000円/月・(非課税世帯)5,000円/月

寝具類等洗濯乾燥消毒サービス事業

寝具類の衛生管理が困難な方に、衛生を保つため洗濯及び乾燥消毒を行います。

■対象者：次の①～③のいずれかで寝具類の衛生管理が困難な方

- ①おおむね 65 歳以上のひとり暮らしの方、②高齢者のみの世帯の方
- ③身体障がい者等

■利用料：経費の 3 割。

■利用回数：年 2 回

配食サービス事業

食事作りが困難な方に、安否確認及び健康保持を目的とした昼食をお届けします。

■対象者：次の①～③のいずれかで調理が困難な方

- ①おおむね 65 歳以上のひとり暮らしの方、②高齢者のみの世帯の方
- ③身体障がい者等

■利用回数：月～土曜日の昼食（最大 6 回/週） ■利用料：1 食 400 円

※一部地域によって対応できない場合もあります。



車いす同乗軽自動車貸与サービス

寝たきり等で自ら移動することが困難な方に対し、車いす同乗軽自動車を貸し出し、外出を支援します。

■対象者：寝たきり又は重度の障がいにより自ら移動することが困難な方

■内 容：運転は原則として家族の方 ■費用負担：無料

※事前の申請が必要となり、利用者一人につき月 2 回まで使用できます。



軽度生活援助事業

日常生活の援助を必要とする方に援助員を派遣して自立した生活を支援します。

■対象者：次の①～③のいずれかで日常生活の援助を必要とする方

- ①おおむね 65 歳以上のひとり暮らしの方、②高齢者のみの世帯の方
- ③身体障がい者のみの世帯の方

■内容：買い物や簡単な家事、玄関周りの除草、除雪など

■利用料：サービスに要した経費の 3 割

タクシー・バス利用料金助成事業

住み慣れた地域で自立した生活が送れるよう、タクシー・バス利用料金の一部を助成します。

■対象者：次の①～③のいずれかに該当する方で町税等を滞納していないことが要件

- ①4 月 1 日現在で満 65 歳以上の運転免許を持っていない方又は小型特殊免許のみを持っている方、②重度心身障がい者の方、③要介護 4、5 の介護認定を受けている方。

■助成内容：1 枚 300 円の助成券を 1 人あたり年間 120 枚（最大 36,000 円）助成

■お問い合わせ：住民課 生活環境係 ☎ 33-2116

高齢者にやさしい住まいづくり助成事業(住宅改修事業)

要介護状態にならないよう、住宅改修を実施するに方に対して改修資金を助成します。

※事前の申請(施行前の写真、見積もり等)と許可が必要です。工事をする前に、町または地域包括支援センターにご相談ください。

- 対象者：60歳以上の高齢者(介護保険の認定者を除く)。ただし、1棟につき1回限りの助成になります。
- 助成の対象となる主な改修内容：①手すりの取り付け、②段差の解消、③すべり防止及び移動円滑のための床材の変更、④引き戸等へのとびらの取り替え、⑤洋式便器等への取替え等
- 助成金：工事費の90%を助成(限度額18万円)

棚倉町高齢者補聴器補助事業

補聴器の購入に要する費用の一部を助成します。購入前に申請が必要ですので、町又は地域包括支援センターへご相談ください。

- 対象者：65歳以上の非課税の方で聴覚障害による身体障がい者手帳を所持していない方。
- 助成金：上限額を3万円とし、補助対象経費の1/2を助成。

棚倉町生活援助支援事業(たなちゃんお助け隊)

訪問介護サービスを利用する方に、ボランティアを自宅に派遣します。

- 対象者：65歳以上で介護認定(要支援1、2・要介護1、2)を受けている方
- サービス内容：買い物・調理・掃除・洗濯・ゴミ出し等
- 利用者負担額及び時間：同一週2回まで、1回1時間200円

※この他にも条件により受けられるサービスがあります。

詳しくは健康福祉課高齢者係、社会福祉協議会にお問い合わせください。

メ モ

3. 棚倉町地域包括支援センターのご案内

お問い合わせ：☎33-7811

地域包括支援センターとは？

高齢者の皆さん、その家族や、高齢者の近所にお住まいの方が相談することが出来る“なんでも相談窓口”です。困ったことや心配ごとがあれば、お気軽にご相談ください。電話や来所による相談のほか、ご自宅への訪問による相談も行っています。



【介護や健康のこと】

- 介護保険のサービスを利用したい
- 体力の低下に不安がある
- 今の健康を維持していきたいなど



【権利を守ること】

- 悪質な訪問販売の被害にあった
- 成年後見制度を利用したい
- 虐待にあっているかもしれないなど

【さまざまな相談ごと】

- ひとり暮らしを続けるのが不安
- 近所の高齢者が心配
- 親の認知症が心配など

相談には主任ケアマネジャー
社会福祉士、保健師等の専門
職が連携し、総合的な支援を
行います。

【暮らしやすい地域づくり】

- 地域のケアマネジャーの支援や助言
- 関係機関や地域の関係機関と連携した地域づくりなど

4. 棚倉町シルバー人材センターのご案内

お問い合わせ：☎33-7832(FAX 兼)

棚倉町シルバー人材センターでは経験や知識、技能を生かしてさまざまなお仕事をお引き受けします。仕事の依頼は来所または電話、ファックスでお願いいたします。依頼する仕事の内容(どのような仕事なのか、場所はどこなのか)、作業日程は協議のうえ決定させていただきます。料金は作業内容、作業時間に応じて変わりますのでご相談ください。

【こんな仕事を引き受けます】

- サービス分野（家庭内の片づけ、清掃・家事手伝いなど）
- 事務分野（賞状、感謝状等の筆耕・案内状等封書の宛名書き・受付事務など）
- 屋内外の一般作業
〔 公園清掃、墓地清掃・除草、草刈り・植木の剪定、生垣の手入れ・田畑の作業やそ菜の
植え付け・収穫作業など 〕
- 技能を必要とする分野
（各種自動車の運転【派遣】・障子、襖の張替え、家屋の簡易な修理など）

随時会員
募集中です！



5. ボランティアセンターのご紹介

～ボランティア団体のご紹介～

社会福祉協議会内 ☎ 33-2623

棚倉町赤十字奉仕団

町内福祉施設での奉仕作業や、ひとり暮らしの高齢者の方へ暑中見舞い、年賀はがきを送る活動をしています。また、災害時に備え炊き出し訓練を実施しています。



ふるさとガイド

ゆかりの会

棚倉町の史跡や歴史についてガイドしています。

音声コードの会・たなぐら
町広報や社協だよりを入力し、音声コード付はがきを作成。視覚障がい者へ配布をしています。

棚倉サウンドテーブル テニスクラブ

月2回活動しています。目が不自由な方でも行える卓球や外出行事があります。

棚倉町食生活サポーター 『パプリカ』

いきいきくらぶの昼食づくりや、依頼に応じて調理・提供しています。

ポテトの会

介護予防のため、依頼に応じて栄養指導を行います。自宅へ訪問対応することも可能です。

歌体操サークルたんぽぽ

月1回集まり、歌体操を練習しています。いきいきくらぶや高齢者サロン等を訪れ、皆さんに歌体操を教えています。



たなぐら語りの会

いきいきくらぶ、高齢者サロンや小学校でたなぐらの昔話や民話をお話しています。



おはなし会 キャロット

ブックスタート事業に参加、『図書館は楽しいンジャー』でのお話し会、依頼に応じて読み聞かせの活動をしています。

傾聴ボランティア

ほほえみ会

希望者のお宅や施設に出向き、傾聴活動をしています。ボランティア2名で訪問させていただきます。

たなぐら雛の会

月に1回、保健福祉センターへ集まり、作品作りをしています。作品は雛祭りに合わせて保健福祉センターに展示しています。



折り紙サークル つるの会

月に2回、保健福祉センターへ集まり、作品作りをしています。高齢者サロン等へも出向き、折り紙を教えています。



絵手紙の会 福寿草

月に1回、保健福祉センターへ集まり、作品作りをしています。町内の福祉施設、保健福祉センターに展示しています。

各ボランティア団体の活動に興味がある方はボランティアセンターへお問い合わせください。

6. 通いの場

〈たなちゃんカフェ～認知症カフェ～〉

たなちゃんカフェは、認知症の方やその家族、地域住民、専門職の方が集まって語り合える場です。

ゆっくりとお茶を飲みながら地域交流や、情報交換をしませんか？認知症に関する知識を深めたり、介護予防の体操も行います。開催日時、会場につきましては広報等でお知らせいたします。



〈高齢者サロン〉

高齢者サロンとは地域でどなたでも参加できる交流の場です。生きがいづくりや、仲間づくり、健康維持（介護予防）などを目的に活動しています。お気軽にご参加ください♪

名称	開催場所	日時
玉野サロン	玉野集会所	第1火曜日 13:30～
中山本サロン	中山本中組集会所	第1水曜日 10:00～
寺山サロン	寺山集会所	第1水曜日 13:30～
たなちゃん体操サロン	棚倉町立図書館	第2・4火曜日 13:30～
水曜サロン	棚倉町保健福祉センター	第2水曜日 10:00～
漆草サロン	漆草集会所	第2木曜日 10:00～
7区サロン	7区集会所	第2木曜日 13:30～
6区15区お茶のみサロン	新富家	第2金曜日 10:00～
虹色サロン	14区コミュニティセンター	第3月曜日 10:00～
瀬ヶ野サロン	瀬ヶ野集会所	第3月曜日 13:30～
富岡サロン	富岡集会所	第3火曜日 13:30～
4区5区サロン	子どもセンター	第3水曜日 10:00～
岡田サロン	岡田生活改善センター	第3水曜日 13:30～
下手沢・上手沢サロン	下手沢集会所	第3木曜日 10:00～
双ノ平サロン	双ノ平集会所	第3木曜日 13:30～
堤サロン	堤コミュニティセンター	第4火曜日 13:30～
関口サロン	商工会	第4木曜日 10:00～
八槻2区3区サロン	八槻中央集会所	第4木曜日 13:30～
逆川サロン	社川コミュニティセンター	第4金曜日 13:30～

※この情報は令和8年2月現在のものです。変更になる場合もございますので、詳細は棚倉町地域包括支援センター ☎33-7811 にお問い合わせください。サロンへの参加や、自分たちの住む地域でもサロンを立ち上げてみたいという方もご連絡ください。





発行 : 棚倉町社会福祉協議会

〒963-6131

福島県東白川郡棚倉町大字棚倉字中居野68-1

TEL33-2623

FAX23-1525

令和8年3月

