

令和6年11月
改定版

もっ得!!

この冊子は、日々の暮らしの中で買い物や掃除などで困ったときに使える、身近な地域の情報が中心となった内容となっています。

暮らしの便利帳

#MAIZURU

介護タクシー

弁当配達サービス

訪問理美容サービス

訪問サービス

介護用品宅配サービス

宅配サービス

●介護タクシー●

名称	住所	電話番号	営業受付時間	車いす 対応可	ストレッチャー 対応可	備考
キズナ介護タクシー	〒625-0025 市場338-7	☎ 0120-257-655 ☎ 63-7655	8:00 ~ 17:00 (土日祝は要相談)	○	○	車いす・リクライニング車いす有
日本交通	〒625-0036 浜1144番地12	☎ 62-3535(東) ☎ 75-1188(西)	8:00 ~ 17:00	○	○	車いす有 (介護付きではない)
ヒマワリ介護タクシー	〒625-0085 和田1193	☎ 090-8898-2077	7:00 ~ 17:00 (要相談)	○	○	車いす有 土日祝は要相談
いこい福祉介護タクシー	〒625-0087 余部下964-3	☎ 090-6240-1563	8:00 ~ 19:00 (要相談)	○		別料金で付添可,平日のみ運行 24時間電話対応可
フジタ介護タクシー	〒624-0816 伊佐津557	☎ 76-6377 ☎ 090-3466-8726	7:00 ~ 17:00 (土日祝は要相談)	○		車いす有

●その他送迎サービス(舞鶴市社会福祉協議会)●

名称	住所	電話番号	営業受付時間	備考
福祉送迎サービス事業	〒625-0087 余部下1167 (中総合会館3F)	☎ 62-7044	8:30 ~ 17:15 (要事前相談)	事前の利用者登録が必要。(申請書等の提出) 登録対象者:重度の障がい者又は要介護3以上 土日祝,年末年始は休み
車いす対応車両の貸出				公共交通機関の利用が困難な車いす利用の人などの移動のために,車いすのまま乗車できる車両を無料で貸し出し ただし,ガソリン代は自己負担

●弁当配達サービス●

地区	名称	住所	電話番号	対応エリア	時間	料金	備考
東	三笑堂舞鶴支店 LC事業部	〒625-0035 溝尻1121-1	☎ 65-2600	市内	平日 8時45分 ～17時45分 ※別途ご相談	550円 注文は6食1セット 4セット以上から	冷凍栄養バランス弁当 (ふつう食,やわらか食, ムース食) 無料サンプルお試しあり
	ハーティー	〒625-0057 南浜町1-3	☎ 0120-65-1775	市内 (要相談)	昼食・夕食	650円(税抜) おかずのみ 600円(税抜)	粥・刻み・減塩対応可能
中	彩り屋	〒625-0087 余部下938-8	☎ 64-1028 FAX 050-3145-1183	要相談	昼食・夕食	500円	内容の詳細は要相談 不定休
西	フードセンター ウメガキ	〒624-0822 七日市98	☎ 75-1050 FAX 60-5227	近隣 (要相談)	昼食・夕食	550円	店で作っている 惣菜の弁当
	ヨシケイ北京都	〒624-0823 京田334-1	☎ 78-3939 FAX 78-1122	市内 (一部除く)		冷凍弁当(おかずのみ) ・1食4品の2食セット1,390円 ・1食3品の3食セット1,190円	前週の水曜日までに注文 月～金に配達。 配達日時は要相談
	ワタミの宅食	〒624-0835 高野由里132-1 (舞鶴営業所)	☎ 0120-321-510	市内 (要相談)	夕食 (要相談)	平日5日単位1,950円/週 (1食あたり390円から)	1日単位での注文は +40円で可能 おかずのみの注文も可能

※上記掲載店はすべて税込み価格(ただし,ハーティーは税抜き価格)

●弁当配達サービス●

地区	名称	住所	電話番号	対応エリア	時間	料金	備考
西	宅配クック1・2・3	〒624-0841 引土221-2	☎ 76-2090 FAX 76-2090	市内 (要相談)	昼食・夕食	648円 おかずのみ 577円	一口サイズ,刻み対応可能 健康ボリューム食 750円 (おかずのみ 680円) カロリー・塩分調整食, たんぱく・塩分調整食, やわらか食,消化にやさしい食, ムースセット食847円 (おかずのみ777円)
	株式会社ホクト	〒624-0905 福来753-12 (舞鶴営業所)	☎ 0773-35-0331	市内 東は安岡まで 西は上福井まで	昼食・夕食	690円 おかずのみ 630円	粥・刻み対応可能 減塩食は10~20%カット (本社 福知山市生野5)
	清蓮亭	〒624-0923 魚屋190	☎ 75-0404 FAX 76-7234	近隣 (要相談)	昼食・夕食	600円~	日替わり弁当 要望に応じた弁当も相談可

※上記掲載店はすべて税込み価格

●訪問理美容サービス●

名称	住所	電話番号	料金	対応 エリア	内容	備考
訪問美容 くになつ	〒625-0052 行永2007-1	☎ 090-5172-4191	カット 3,500円 + 出張費 (片道10分以上から)	市内	ヘアカット,シャンプー 毛染め 等	
訪問美容サービス エミー	〒627-0242 京丹後市丹後町 久僧400	☎ 0772-76-1116	内容により異なるため 電話で確認	市内	ヘアカット,シャンプー 毛染め 等	9:00~15:00 (平日のみ) 土日祝は要相談

●訪問サービス●

名称	住所	電話番号	料金	対応エリア	内容	備考
舞鶴市 シルバー人材センター	〒625-0035 溝尻150-11	☎ 64-3233	援助により異なるため 電話で確認	市内	家事援助, 病院付添(昼間)等	援助内容は多岐にわたっているため、電話で相談
蒼羽電設株式会社 まごころお届け隊	〒625-0040 矢之助町27-4	☎ 77-7257	3,000円～ /1時間	市内	日常生活の困り事, 買い物、通院付き添い等	定期コースあり 料金応相談
舞鶴共同家政婦紹介所	〒625-0051 行永東町32-1	☎ 62-0037	1時間約1,860円 (初回のみ +1,000円)	市内	通院介助,在宅介護, 家事援助等	相談無料 お宅に訪問しての相談も可
オリエンタル	〒625-0052 行永2036-2	☎ 65-1111	身体に関わるサービス 4,000円/1時間 生活に関わるサービス 2,500円/1時間	市内	身体介護,通院介助, 生活(家事)介助等	10分単位で利用可能 介護保険との併用も可能 料金に消費税がかかります
岸本病院 ヘルパーステーション ハーティー	〒625-0057 南浜町1-3	☎ 66-3203	3,000円/1時間 交通費実費 (事情により)	東・中 (西:要相談)	通院介助,家事援助, 入院中の洗濯等	対応可能時間 8:30～17:30 日曜休み 事前訪問あり
ヒューマン・サポート	〒625-0083 余部上289-5	☎ 090-1136-8421	500円/20分 交通費別途	市内	買い物サポート, 病院・散歩付き添い, その他ご相談対応	

●訪問サービス●

名称	住所	電話番号	料金	対応 エリア	内容	備考
いこい福祉在宅介護	〒625-0087 余部下957-5	☎ 63-6664	身体介護 2,450円/30分 生活援助 1,830円/30分	市内	通院介助,在宅介護, 家事援助,入院中付添等	対応可能時間 8:30~18:00
有限会社てとて	〒624-0822 七日市349-1	☎ 77-8050	通院介助,家事援助 1,000円/30分	市内	通院介助,家事援助, 認知症見守り安心システム	認知症見守り安心システム 西 13,000円/1月 東・加佐 16,900円/1月 ※月~土 (毎日1回訪問,15分未満)
ニチイケアセンター舞鶴	〒624-0945 喜多1105-1 舞鶴21ビル3階	☎ 78-9206	月1回以上3,960円/1時間 週1回以上3,300円/1時間 年4回以上4,510円/1時間 不定期 5,830円/1時間 超過30分毎に1,650円	要相談	介護保険で対応できない援助, 通院援助,大掃除,買い物付き 添い等	契約期間について 月1回以上, 週1回以上(3か月以上), 年4回以上(1年), 不定期(その都度契約)
京都生協 くらしの助け合いの会	〒603-8352 京都市北区 平野宮北町35 コープ衣笠会館内	☎ 075-465-6886	900円/1時間 + 交通費	市内	掃除,買い物, ちょっとした困り事	生協に加入 (2,000円の出資金) 年会費 1,000円
ダスキングラウン (福知山)	〒620-0057 福知山市 問屋町20-8	☎ 0773-24-0777	定期利用の方 7,700円/2時間 スポット利用の方 11,000円/2時間	市内	家事援助 (調理:お客様が在宅時のみ)	
ピース・ケア	〒629-1261 綾部市旭町 中ノ下9	☎ 0773-46-0390	2,700円/1時間(税別) 初回は 2,200円/1時間 交通費別途	市内	介護保険外サービス, 家事・買い物代行援助, 草刈り等の便利サービス, 日常生活の困り事の相談 等	お得な月契約プラン有り お話し相手など、幅広く 対応可能

●介護用品 宅配サービス●

地区	名称	住所	電話番号	配達曜日	料金	取扱品目	対応エリア	備考
東	ドラッグユタカ 市場店	〒625-0025 市場16	☎ 0584-83-7323	注文より1週間以内の 希望日で指定可 (夏季、年末年始、 祝日は休み)	無料	大人用紙おむつ	全国	通販専用窓口のため、 店頭からの申し込みは不可
	★佐々木薬局本店	〒625-0035 溝尻150-35	☎ 63-5445 FAX 62-9580	要相談	無料	大人用紙おむつ	市内	月～金 9:00～16:00 店頭にて代金支払い後、 ケース単位で配送
	★八島堂	〒625-0036 浜390	☎ 62-0323 FAX 63-4882	月～金	1,000円 以上無料	医薬品、介護用品	東・中舞鶴	電話・FAX注文可 (営業時間内)
	★本河中央薬局	〒625-0036 浜756	☎ 62-0034 FAX 62-3525	月、水、金	3,000円 以上無料	医薬品、介護用品、 日用品	東・西舞鶴 (要相談)	曜日により 営業終了時間変更あり
	★中町薬局	〒625-0041 溝尻中町8-10	☎ 62-3755 FAX 62-2433	水曜限定 13～15時 (日・祝休業)	1,000円 以上無料	介護用品、日用品、 医薬品、切手 等	店の近隣 (祖母谷地区)	前日17時までに電話注文 臨時注文は要相談
	★佐々木薬局森店	〒625-0056 倉梯町30-2	☎ 64-2660 FAX 68-9077	要相談	無料	大人用紙おむつ	店の近隣	月～金 9:00～16:00 店頭にて代金支払い後、 ケース単位で配送
	★八島堂薬局 南浜店	〒625-0061 森15-5	☎ 62-9881 FAX 64-0415	火～金	2,200円 以上無料	医薬品、日用品	市内 (要相談)	電話・FAX注文可 (営業時間内)
西	★ゴダイドラッグ 西舞鶴店	〒624-0815 境谷48	☎ 78-1055	注文から 7～10日後に届く (日時指定は不可)	無料	大人用紙おむつ	市内	店頭にて代金支払い後、 ケース単位で配送 注文後のキャンセルは不可
	ドラッグユタカ 西舞鶴伊佐津店	〒624-0816 伊佐津55-1	☎ 0584-83-7323	注文より1週間以内の 希望日で指定可 (夏季、年末年始、 祝日は休み)	無料	大人用紙おむつ	全国	通販専用窓口のため、 店頭からの申し込みは不可

★マークのついている店舗は、介護用品支給チケットや、大人用「紙おむつ」の購入割引券の利用が可能

●介護用品 宅配サービス●

地区	名称	住所	電話番号	配達曜日	料金	取扱品目	対応エリア	備考
西	★ドラッグささき 西舞鶴店	〒624-0816 伊佐津200-17	☎ 78-3888 FAX 78-3222	要相談	無料	大人用紙おむつ	店舗近隣	月～金 9:00～16:00 店頭にて代金支払い後、 ケース単位で配送
	ドラッグユタカ 白鳥店	〒624-0905 福来1111-2	☎ 0584-83-7323	注文より1週間以内の 希望日で指定可 (夏季、年末年始、 祝日は休み)	無料	大人用紙おむつ	全国	通販専用窓口のため、 店頭からの申し込みは不可
	★ハイワ薬局	〒624-0923 魚屋296	☎ 77-1078	月～金	無料	介護用品・大人 用紙おむつ	西舞鶴	

★マークのついている店舗は、介護用品支給チケットや、大人用「紙おむつ」の購入割引券の利用が可能

●宅配サービス●

地区	名称	住所	電話番号	配達曜日	料金	取扱品目	対応エリア	備考
東	株式会社コメリ 舞鶴田中店	〒625-0024 田中町22-6	コメリJCBカードを お持ちの方 ☎ 0120-188-560 電話注文(9時～16時)	注文から 1週間程度	送料要	店頭で配布している コメリまごころ便カ タログに掲載されて いる商品のみ	市内	コメリJCBカードをお持ちでない方は 来店の上、店頭で注文可、前払い制 ☎ 65-4701 FAX65-4703 (9時～19時30分)
	セブンイレブン 舞鶴溝尻店	〒625-0035 溝尻18-2	☎ 63-6506	毎日	3,000円 以上無料	米、酒、日用品、食料品 全般	近隣	セブンミールメニュー・店扱いのもの 3,000円以上フリーダイヤル注文 登録要
	ウェルネスプラザ 舞鶴店	〒625-0036 浜357	☎ 66-6040 ☎ 0120-76-8833 FAX 66-6041	水	無料	米、調味料、冷凍食品 (肉・魚)、豆腐、菓子 などの自然食品	市内	電話・FAXで受付 自然食品のお店
	株式会社フクヤ 移動スーパー 「とくし丸」	〒625-0062 森540	☎ 080-3591-7754 担当：狩谷(かりや)氏	エリアにより 異なるため 問い合わせを	無料	お刺身、寿司、惣菜、お肉、 野菜・果物、パン・お 菓子、日用品など300 品目	市内 (要相談)	お家の前で、見て購入 お問い合わせは、 お気軽にお電話で

●宅配サービス●

地区	名称	住所	電話番号	配達曜日	料金	取扱品目	対応エリア	備考
西	フードセンター ウメガキ	〒624-0822 七日市98	☎ 75-1050 FAX 60-5227		2,000円 以上無料	野菜、肉、魚、惣菜、 雑貨など店にあるもの	店 近辺	電話かFAXで注文 受付 8時～20時 配達 10時～18時
	ヨシケイ北京都	〒624-0823 京田334-1	☎ 78-3939 FAX 78-1122	月～金 (土曜日は 金曜日に配達)	無料	食材セット	市内 (一部除く)	前の週の水曜日までに 注文
	たからやペット	〒624-0841 引土7-3	☎ 75-0023 FAX 75-0023	月～金・日 土曜休み	無料	犬・猫の関連商品 ドッグフードや おやつ、おもちゃ	市内	電話・FAXでも受付 ペットの美容についても 無料送迎あり 要相談・要予約
	堀端商店	〒624-0854 字円満寺160 真名井通り2丁目	☎ 75-0290 FAX 75-0290	月～土	無料	野菜、酒、調味料	市内 加佐・東は 要相談	前日に電話で注文、 翌日の午前中に配達
	株式会社ましも	〒624-0855 北田辺37-3	☎ 75-1041	日・祝休み 朝来・大浦(木) 岡田(水)、由良川(火) それ以外(月・火・水)	2,000円 以上無料	米、酒、調味料、 贈答品 等	市内 (要相談)	前日午後3時までに 電話注文
	株式会社コメリ 下福井店	〒624-0946 字下福井735	コメリJCBカードを お持ちの方 ☎ 0120-188-560 電話注文(9時～16時)	注文から1週間 程度	送料要	店頭で配布の コメリまごころ便 カタログに掲載さ れている商品のみ	市内	コメリJCBカードをお持ちでない 方は来店の上、店頭で注文可、 前払い制 ☎ 78-1038 FAX 78-1038 (9時～19時30分)
市外	さとう 宅配スーパー バザールネット	〒620-0853 福知山市長田野町 3-26-1	☎ 0120-182-300	(火) 四所・高野・中筋 池内・岡田・八雲・神崎 (水) 大浦・朝来・志保 与保呂・祖母谷・新舞鶴 (金) 倉梯・余部上・余部下 旧舞鶴・余内	配達料 1回200円 税込5,000円 以上注文で無料	食料、日用品など 4,000品目以上	市内 (一部除く)	注文:パソコン・スマートフォン 支払い:クレジットカード
	京都生協 (中丹支部)	〒623-0008 綾部市桜ヶ丘 3丁目5-2	組合員コールセンター ☎ 0120-11-2800 月～金(8:45～21:00) 土(9:00～17:30)	週1回 月～金	65歳以上のみ世帯 1回あたり170円 (税込187円) 個配手数料の詳細 は下記のとおり	食料、日用品、衣料 品など	市内	生協組合員(加入時に2,000円 の出資金)、 専用注文書・電話・FAX・イン ターネットで注文可

《個配手数料について》

- ご利用額5,000円未満…個配手数料198円(税込218円)
- ご利用額10,000円以上15,000円未満…個配手数料100円(税込110円)

- ご利用額5,000円以上10,000円未満…個配手数料150円(税込165円)
- ご利用額15,000円以上…個配手数料無料

舞鶴市高齢者外出支援事業

購入時点で75歳以上の方が対象

バス

1乗車区間を200円で乗車できます。
1冊 5枚つづり (200円×5枚=1,000円) で販売。
※年度内10冊まで購入できます。

タクシー

市内の移動で、1乗車の運賃が1,000円以上の場合に利用可能な割引券を販売。
1冊 5枚つづり (1,000円×5枚=5,000円分) を2,500円で販売。
※年度内5冊まで購入できます。

丹鉄(京都丹後鉄道)

西舞鶴駅から丹後神崎駅間を200円で乗車できます。
1冊 5枚つづり (200円×5枚=1,000円) で販売。
※年度内10冊まで購入できます。

販売場所

舞鶴市役所
西支所
加佐分室

問合せ先

舞鶴市役所
高齢者支援課
☎ 66-1012

見守り活動



【活動概要】

商品の配達等、通常の営業活動等の中で、住民生活の異変に気がついた場合、速やかに行政機関に連絡していただきます。

【活動範囲】

通常の企業活動の範囲内を対象とします。

《事務局》 中丹ふるさとを守る絆ネット推進事業
京都府中丹広域振興局 ☎ 0773-62-2505
《市の担当》 舞鶴市高齢者支援課 ☎ 0773-66-1012

協定締結企業一覧

京都生協協同組合
京都丹の国農業協同組合
株式会社 フクヤ
有限会社 深田新聞舗
明治安田生命保険相互株式会社
布亀株式会社
株式会社セブン・イレブン・ジャパン
舞鶴市内19郵便局
ワタミ株式会社
丹後ガス株式会社

～住み慣れた街で、安心して暮らすために～

■ 舞鶴市地域包括支援センター担当一覧

お気軽にご相談ください

名称	所在地	電話番号	担当地区(小学校区)
大浦・朝来・志楽 地域包括支援センター	安岡1076 (やすらぎの郷内)	64-0086	大浦・朝来・志楽
新舞鶴・三笠 地域包括支援センター	溝尻150-11 (まなびあむ2階)	77-5001	新舞鶴・三笠
倉梯・倉二・与保呂 地域包括支援センター	丸山町51 (舞鶴球場北側)	77-5002	倉梯・倉二・与保呂
中舞鶴 地域包括支援センター	余部下1167 (中総合会館3階)	77-5003	中舞鶴
城北 地域包括支援センター	南田辺1 (市役所西支所4階)	77-5004	吉原・明倫・福井・余内
城南 地域包括支援センター	女布406-3 (城南会館内)	77-5005	中筋・高野・池内
加佐 地域包括支援センター	八田962 (由良川学園2階)	82-9303	岡田・由良川

【 電気工事等の相談 】

簡単な電気工事に関する相談
(業者紹介等)ができます。

京都府電気工事工業組合
舞鶴でんき工事ホームセンター
☎ 62-4677

【 瓦工事等の相談 】

瓦屋根の相談ができます。

舞鶴瓦工事組合
☎ 62-5977

認知症行方不明高齢者の早期発見体制整備事業

認知症高齢者等で徘徊等で行方不明になるおそれのある方を
対象に、事前登録制度と認知症高齢者等位置探索サービス(GPS)
利用支援事業を行っています。

万が一行方不明になった場合には、まいづるメール配信にて
情報を呼びかけます。

本冊子は、介護保険などの公的なサービスではカバーできない援助を行っている民間のサービスを掲載しています。
サービス内容については変更される可能性もありますので、いずれの場合もご利用の際には、それぞれの事業所と十分な連絡を
取り、サービス内容を了解された上でご利用ください。



まいづるメール配信サービス
のご登録をお願いします！

<https://plus.sugumail.com/usr/maizuru/home>

MEMO

もっ得!!

暮らしの便利帳

令和6年11月
改定版

※この情報は令和6年11月時点のものです。新しい情報や掲載内容の変更等がありましたら、舞鶴市高齢者支援課（☎ 66-1018）へご連絡ください。