

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時に使える、身近な地域の情報が中心になった内容となっています。

まいづる

# 暮らしの便利帳



介護タクシー

ヘルパーサービス

弁当配達サービス



介護用品宅配サービス



宅配サービス

令和2年6月  
改訂版



## ● 介護タクシー ●

(五十音順)

名称	住所	電話番号	営業受付時間	備考
キズナ介護タクシー	字市場338-7	☎0120-257-655 ☎63-7655	8:00~17:00 (土日祝は 要相談)	車いす対応可。車椅子所有。リクライニング車椅子有。 ストレッチャー有。
舞鶴京都タクシー	森566-5	☎62-1414 (東) ☎75-1414 (西)	8:00~17:00	車いす所有。車椅子やストレッチャー対応。 (介護付きではない)
ウェルビータナカ	倉谷1541	☎080-1430-8739	7:00~17:00	車椅子・ストレッチャーに乗ったまま乗降可能。 お一人でももちろん、付き添いの方も乗降可能。
<del>フジタ介護タクシ</del>	<del>伊佐津557</del>	<del>☎76-6377 ☎090-3466-8726</del>	<del>7:00~17:00</del>	<del>車椅子対応可。車椅子所有。</del>
(株)いこい福祉介護タクシー	余部下964-3	☎090-6240-1563	8:00~19:00 (要相談)	車いす対応可。別料金にて付添可。平日のみ運行。24時間電話対応可。

## ● 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	余部下1167 (中総合会館3階)	☎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。
車椅子対応車両の貸出				公共交通機関の利用が困難な車椅子利用の人などの移動のために、車椅子のまま乗車できる車両を貸し出し。 利用料無料。ただし、ガソリン代は自己負担。

## 介護タクシー（事業所追加分）

名称	住所	電話番号	営業受付時間	備考
ヒマワリ介護タクシー	和田 1 1 9 3	☎090-8898-2077	7:00~17:00 (要相談)	車椅子対応可。車椅子所有。土日祝は要相談。

令和3年10月



# ヘルパーサービス

(五十音順)

名称	住所	電話番号	料金	対応エリア	内容	備考
オリエンタル	行永2036-2	☎ 65-1111	身体介護:2,000円/30分 生活援助:1,250円/30分	市内	身体介護、通院介助、 生活(家事)介助など	30分単位でご利用可能。 介護保険との併用も可能。
岸本病院 ヘルプステーション ハーティー	南浜町1-3	☎ 66-3203	2,000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	日曜休み 対応可能時間8:30~17:30 事前訪問あり
京都生協くらしの 助け合いの会	京都市北区 平野宮北町35 コープ衣笠会館内	☎075-465-6886	<del>要相談</del>	舞鶴市内	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
有限会社 グッとサポート	福井県大飯郡 高浜町菌部47-4	☎0770-72-4747 月~木(9:00~16:00)	約1,320円/1時間 (1回最低2時間以上から 30分単位)	舞鶴市 全域	家事援助、通院介助、 在宅介護等	相談無料。 お宅に訪問してのご相談も可能。
ニチケアセンター 舞鶴	喜多1105-1 舞鶴21ビル3階	☎ 78-9206 FAX 78-9208	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 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、 大掃除、通院援助、 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カ月以上) 年4回以上(1年) 不定期(その都度契約)
(有)舞鶴共同家政婦 紹介所	行永東町 32番地1	☎ 62-0037	2時間約4,260円 AM9:00~PM5:00 約11,010円 PM8:00~AM8:00 約14,385円	市内	通院介助、在宅介護、 家事援助等	
(公社)舞鶴市 シルバー人材センター	溝尻150-11	☎ 64-3233	援助により異なるため、 電話で確認	市内	電球の取替え、灯油の入れ替え、 入院中の洗濯、見守り、家事援助、 病院付添(昼間) 外出困難者 出張カット	援助内容は多岐に渡っている ため、電話で相談。
便利屋!お助け本舗 京都舞鶴店	下福井391-1	☎0120-318-365	<del>1時間500円</del> (追加30分毎1,500円)	市内	買い物、掃除、片付け、洗濯 など。日常生活の困り事	定期コースあり。 (月1回・月2回・月4回:料金要相談)
ダスキングラウン (福知山)	福知山市 問屋町20-8	☎0773-24-0777	6,600円/2時間(定期利用の方) 8,800円/2時間(スポット利用の方)	市内	家事援助 (調理は含まない)	
(株)いこい福祉在宅介護	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 8:30~18:00	市内	通院介助、在宅介護、 家事援助、入院中付添等	



## ヘルパーサービス 修正点

※京都生協くらしの助け合いの会…料金：1時間900円（9時～17時）時間外は+200円

※便利屋！お助け本舗 京都舞鶴店…料金：1時間5,000円



## ヘルパーサービス（事業所追加分）

名称	住所	電話番号	料金	対応エリア	内容	備考
まごころサポート	倉谷1091	☎77-6767	500円/20分 (1時間1,500円) 交通費実費(事情により)	市内	掃除、買い物、電球交換、ごみ出し、 ちょっとした困り事等	相談無料。 お宅に訪問してのご相談 も可能。

令和3年10月



# ●弁当配達サービス●

(地区別)

地区	名称	住所	電話番号	対応エリア	時間	料金	備考
東地区	味道場 吉番	浜699-1 (和泉通り関電前)	☎ 64-4647 FAX 64-1607	市内 (加佐を除く、大浦は要相談)	昼食	大620円、中590円、 小560円、おかずのみ400円	月～土。月毎の曜日替わりメインメニュー AM8時半～10時半までに電話注文。
	惣華堂	愛宕中町10-11	☎ 65-2611 FAX 65-2622	東舞鶴	昼食	520円 (おかずのみ450円)	日替わり弁当。日・祝休み。
	ハーティー	南浜町1-3	☎ 0120-65-1775	市内 (エリアは相談)	昼食・夕食	650円(税抜)、腎臓食100円増、 おかずのみ600円(税抜)	粥・刻み・減塩対応可。腎臓食。
中地区	彩り屋	余部下938-8	☎ 64-1028 FAX 075-320-2508	要相談	昼食・夕食	普通食500円	配達エリア、内容等、詳細は要相談。不定休。 <a href="http://www.maizuru-irodoriya.com">http://www.maizuru-irodoriya.com</a>
西地区	フードセンター ウメガキ	七日市98	☎ 75-1050 FAX 60-5227	近隣(要相談)	昼食・夕食	400円～	土日休み。 お店で作っている惣菜のお弁当。
	株式会社ホクト	福知山市生野5 (市内福来に営業所あり 舞鶴市福来753-12)	☎ 0773-35-0331	市内 (東は安岡まで。 西は上福井まで。)	昼食・夕食	ごはん付き610円 (おかずのみ550円)	粥・刻み対応可。 減塩食は10～20%カット。
	清蓮亭	魚屋190	☎ 75-0404 FAX 76-7234	近隣 (エリアは相談)	昼食・夕食	500円～(税抜)	日替わり弁当。 要望に応じた弁当も相談可。
	宅配クック 1・2・3	円満寺168-3	☎ 76-2090	市内 (エリアは相談)	昼食・夕食	普通食594円 (おかずのみ540円)	健康ボリューム食660円(おかずのみ606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820円(おかずのみ777円)、 一口サイズ、刻み対応可。
	福とし	下福井934	☎ 75-3831	市内 (エリアは相談)	昼食	450円～ (おかずのみ400円～)	日替わり弁当(お味噌汁つき)。
	ワタミの宅食	舞鶴営業所/ 高野由里132-1	☎ 0120-321-510	市内 (エリアは相談)	夕食 (要相談)	平日5日単位2,450円/週 (1食あたり490円)から	1日単位での注文は不可。 ごはんのみ、おかずのみの注文も可能。
	ヨシケイ北京都	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 1,280円 ・1食6品の2食セット 1,200円 ・1食3品の3食セット 1,030円	前の週の水曜日までに注文。 月～金に配達。配達日時は要相談。

※上記掲載店はすべて税込み価格(ただし、ハーティー・清蓮亭は税抜き価格)



弁当配達サービス (事業所追加分)

東地区	三笑堂舞鶴支店 LC事業部	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。
-----	------------------	-----------	----------	----	------------------------------	-------------------------------	-------------------------------------------------

# ●介護用品 宅配サービス●

(地区別)

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
東地区	★佐々木薬局本店	溝尻150-35	☎ 63-5445 FAX 62-9580	毎日(翌日配送) 日・祝日は休み	無料	大人用紙おむつ	市内	受付 月～金 9:00～16:00 店頭にて代金支払い後、ケース単位で配送。
	★佐々木薬局森店	倉梯町30-2	☎ 64-2660 FAX 68-9077	毎日(翌日配送) 日・祝日は休み	無料	大人用紙おむつ	市内	受付 月～金 9:00～16:00 店頭にて代金支払い後、ケース単位で配送。
	★ドラッグストア 太陽堂(市場店)	市場16番地	☎ 62-0075 FAX 63-7005	基本は当日 (要相談)	3,000円以上 無料	介護用品全般 (お店取扱商品)	東舞鶴	2～3日前に電話注文・店頭にて在庫があった場合、当日配達。
	★中町薬局	溝尻中町8-10	☎ 62-3755 FAX 62-2433	水曜限定:13時～15時 (日曜・祝日休業)	1,000円以上 無料	介護用品・日用品・ 医薬品・切手・印紙など	祖母谷地域 (溝尻・矢之助・多門院)	前日17時までにて電話注文。 臨時注文は要相談。
	★ヒロベ薬局	浜334	☎ 62-0064 FAX 62-1952	月～土 (日曜・月曜祝日の とき休業)	2,000円以上 無料	医薬品・日用品など (お店取扱商品)	東舞鶴 (遠方はのぞく)	配達できない薬あり、要相談。
	★本河中央薬局	浜756 三条朝日通北	☎ 62-0034 FAX 62-3525	東:月～木 西:火・金 (第1・3土曜、日曜・祝日休業)	3,000円以上 無料	医薬品・介護用品・ 日用品	東・西舞鶴 (エリアは要相談)	曜日により営業終了時間変更あり。
	★八島堂	浜390 八島五条西	☎ 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)
	★八島堂薬局 南浜店	森15-5	☎ 62-9881 FAX 64-0415	月～金	1,000円以上 無料	医薬品・日用品	市内 (エリアは要相談)	電話・FAX注文可。(営業時間内)
西地区	キリン堂 西舞鶴モール店	京田15-4	☎ 78-3111	毎日(翌日配送) ※日曜日は発送休みのため、 土曜日の注文分は月曜日の発送	無料	大人用紙おむつ (失禁用パッド含む)	全国	店頭にて代金支払い後、ケース単位で 配送。指定日配送可能。
	ドラッグユタカ 西舞鶴伊佐津店	伊佐津小字 長瀬55-1	☎ 0584-83-7323	注文より1週間以内の 希望日で指定可(夏期、 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。
	★ゴダイドラッグ 西舞鶴店	境谷48	☎ 78-1055	注文から 7～10日後に届く。 (日時指定はできない。)	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。
	★ドラッグささき 西舞鶴店	伊佐津200-17	☎ 78-3888 FAX 78-3222	毎日(翌日配送) 日・祝日は休み	無料	大人用紙おむつ	市内	受付 月～金 9:00～16:00 店頭にて代金支払い後、ケース単位で配送。
	★ドラッグストア 太陽堂薬局(白鳥店)	福来1111-2	☎ 77-2710 FAX 77-2766	注文から 2～3日での配達。 (配達日は月・水・金のみ)	3,000円(税別) 以上無料	介護用品全般 (お店取扱商品)	西舞鶴	電話注文・店頭購入分の配達。
	★ハイワ薬局	魚屋296	☎ 77-1078	月～土	無料	医療品、介護用おむつ、 お店の商品	魚屋、吉原、匂崎・ 和田(中舞鶴)方面	

★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 ●

(地区別)

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
東地区	ウェルネスプラザ 舞鶴店	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。
	セブンイレブン 舞鶴溝尻店	溝尻18-2	☎ 63-6506	毎日	1回500円以上 無料	米・酒・日用品・ 食料品全般	圏内	セブンミールメニュー・店扱いのもの。 500円以上フリーダイヤル注文。 登録要。
	株式会社フクヤ 移動スーパー 「とくし丸」	森大田野540	☎ 63-6101	エリアにより 異なるため お問い合わせを。	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 (曜日・時間等 は問い合わせ)	お家の前で、見て購入。 お問い合わせは、お気軽にお電話で。
	株式会社コメリ 舞鶴田中店	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(9:00~16:00)	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(9:00~19:30)
西地区	フードセンター ウメガキ	七日市98	☎ 75-1050 FAX 60-5227	土曜休み	2,000円以上 無料	野菜・肉・魚・惣菜・ 雑貨など店にあるもの 何でも	店の近辺	電話かFAXで注文(受付8時~20時) 配達10~18時
	株式会社ましも	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・ジュースなど	市内 (要相談)	前日午後3時までに電話注文。
	神田青果	寺内44	☎ 75-0046	日・祝休み、 市場が休みの 日は休み(水)	無料	野菜・果物	西 (店から1.5km の範囲)	前日か前々日に電話にて注文。 時間指定には対応できない。
	セブンイレブン 舞鶴西町店	西107-5	☎ 75-0116	毎日	1回3,000円 以上無料	日替わり弁当・ 日替わり惣菜・米・ 酒・その他	店から1.5km の範囲	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。



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
西地区	株式会社コメリ 下福井店	字下福井小字 座尾735	コメリJCBカードを お持ちの方 ☎0120-188-560 電話注文(9:00~16:00)	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、店頭でご注文可。前払い制。 ☎78-1037 FAX78-1038(9:00~19:30)
	堀端商店	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・東地区 は要相談)	前日に電話で注文、 翌日の午前中に配達。
	ヨシケイ北京都	京田334-1	☎ 78-3939 FAX 78-1122	月~金 (土曜日分は 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	引土7-3	☎ 75-0023 (FAXも同じ)	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。
加佐	たけうち商店	西神崎545-1	☎ 82-5115	月~土	無料	食料品(お弁当)・ 日用品	神崎地域	前日に電話で注文、翌日に配達。 簡易郵便局も併設。
その他	さとう宅配スーパー バザールネット	伊佐津200-5	☎ 0120-182-300	(火) 四所・高野・中筋 池内・岡田・八雲・神崎 (水) 大浦・朝来・志染 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・衣料品 など4,000品目以上	舞鶴市全域	ご注文はパソコン・スマートフォン にて。お支払いはクレジットカード にて。
	京都生協 (中丹支部)	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歳以上の方のみの 世帯:1回あたり170円 (税込187円) 個配手数料の詳細は 下欄参照	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15,000円以上…個配手数料無料 【子育てサポート割引】 ●妊婦から満2歳までのお子さんがおられる方…手数料無料 ●満2歳から6歳までのお子さんがおられる方…手数料95円(税込105円)			



# 舞鶴市高齢者外出支援事業

## バス

1乗車区間を200円で乗車  
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

**購入時点で75歳以上の方が対象**

## 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  
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  
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

## 販売場所

舞鶴市役所  
西支所  
加佐分室

## 問合せ先

舞鶴市高齢者支援課  
☎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。

### 《市の担当》

舞鶴市高齢者支援課 ☎66-1012

### 《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 地域づくり振興課  
地域活性化係 ☎62-2505

## 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会社  
布亀株式会社  
ワタミ株式会社  
株式会社セブン・イレブン・ジャパン  
舞鶴市内19郵便局

(令和2年6月現在)

# ～住み慣れた街で、安心して暮らすために～

## 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、行方不明が起きた場合に、まいづるメール配信にて情報を呼びかけます。



まいづるメール配信サービスへのご登録をお願いします!  
<https://service.sugumail.com/j-maizuru/>

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。

## 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・志染 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・志染
新舞鶴・三笠 地域包括支援センター	浜606 (舞鶴市東地区中心市街地複合施設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	行永1792 (青葉中学校西側古民家敷地内)	77-5002	倉梯・倉梯第二・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

舞鶴市役所 高齢者支援課 ☎ 66-1018

## 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

瓦屋根等の相談ができます。

舞鶴瓦工事組合  
☎62-5977

※倉梯・倉二・与保呂地域包括支援センター 所在地の変更

行永1792（青葉中学校西側古民家敷地内）

⇒

丸山町51（舞鶴球場北側）



※新舞鶴・三笠地域包括支援センター 所在地の変更

浜606（舞鶴東地区中心市街地複合施設2階）

⇒

溝尻150-11（まなびあむ2階）