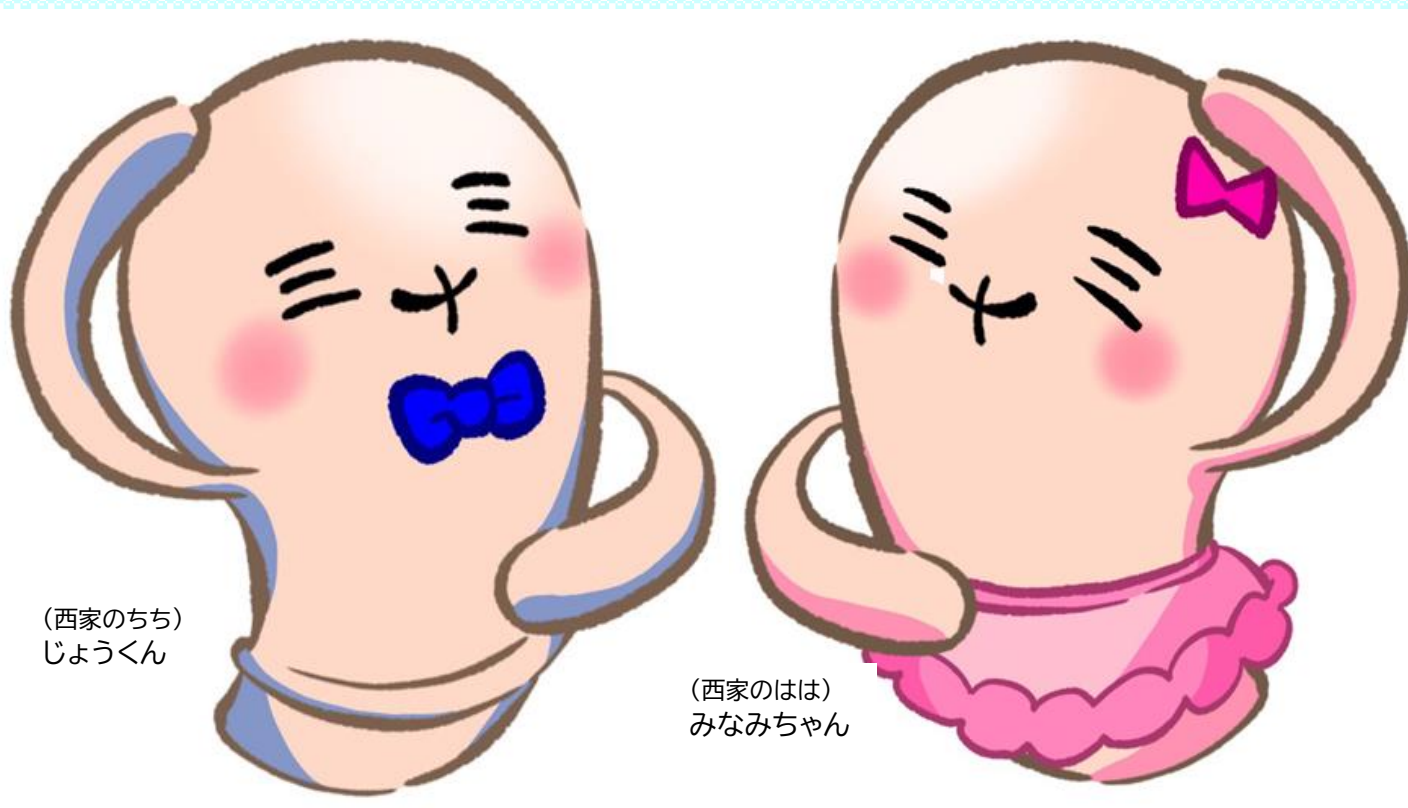


# 「ささえ愛べんい帳」(西条南版)

～自宅まで来てくれるお店や理美容院、事業所などの情報誌～



「西条南社会資源表作成ワーキンググループ」  
(生活支援体制整備事業 西条南版「協議体」)

## 西条南(板城・郷田・西条中央・御園宇・三永)のみなさんへ

### <～「ささえ愛べんり帳」(西条南版)発刊にあたって～>

「いつまでも住み慣れた地域で安心して暮らしたい」というのは、多くの方がもっておられる願いだと思います。

一方で、この西条という地域で暮らしていく中で、「車が運転できなくなったらどうしよう…」「歩いていける距離にお店や病院が無くて不便だわ…」「年を取って家のことが思うようにできなくなったら…」といった不安や悩みを抱えておられる方も多いのではないのでしょうか。

また、健康であり続けるために、他者との交流や体力づくりをしたい、という気持ちをお持ちの方もおられると思います。

私たち「西条南社会資源表作成ワーキンググループ」は、地域の方が少しでも安心して住み慣れた地域で暮し続けるためのお手伝いができたらいいなと思い、この度、交通が不便な地域でも利用できる出張・訪問サービスをしてくれるお店や事業所と、地域の方が交流できる場所の情報を中心にした冊子を作りました。

この冊子が、少しでも、西条南の人たちが住み慣れた地域で暮らしつづけるためのお役に立つことができれば、私たち(西条南社会資源表作成ワーキンググループ)は嬉しく思います。

### <～「ささえ愛べんり帳」(西条南版)ご利用にあたってのお願い～>

「ささえ愛べんり帳」は、ワーキンググループのメンバーが集めることのできた情報をもとに作成しているため、西条南およびその周辺の情報を網羅したものではない点をご了承ください。

また、利用料金やサービス内容については、令和元年5月～令和4年3月までに聞き取りを行った情報を掲載しているため、ご利用の際に内容が変更されている場合があります。そのため、ご利用の際には、念のためお店や事業所に新しい情報をご確認ください。

令和4年4月「西条南社会資源表作成ワーキンググループ」一同

## もくじ

- お弁当を配達してくれるお店……………P2、3
- 食材や日用品を配達してくれるお店、移動販売に来てくれるお店……………4
- 店内で買った商品を自宅まで届けてくれるお店、灯油を配達してくれるお店……………5
- 出張カットに来てくれる理容院・美容院……………6、7
- 家庭ごみを家まで取りに来てくれるところ……………8
- 家まで来てくれるクリーニング店、安否確認をしてくれるところ……………9
- 家の掃除や障子・ふすまの張替え、庭の草とりなどをしてくれるところ……………10
- お互いさまの助け合い活動(有償ボランティア)……………11
- 地域の人と交流できる場所(サロン・通いの場一覧)……………12~19
- 地域の相談窓口……………20、21

# お弁当を配達してくれるお店①(税率は商品によって異なるため、お店等にご確認ください。)



名前	住所	電話番号	対象地域	内容
けんたくん	兵庫県三田市	0120-234-534	西条南全域 (ヤマト運輸の クール便による 宅配)	<ul style="list-style-type: none"> <li>○おかずのみ(500円+税)</li> <li>※その他、糖尿病食1食750円+税、塩分コントロール食1食750円+税などあり。</li> <li>※お弁当は全て5食以上から注文可</li> <li>○配送料800円+税(5,000円以上購入の場合は無料)</li> <li>○電話かインターネットにて注文</li> </ul>
シルバーキッチン	高屋町杵原	082-434-5255	西条中央、御園宇、 田口(一部) 三永(一部)	<ul style="list-style-type: none"> <li>○おかずのみ600円、ごはん付700円(どちらも税込)</li> <li>○月曜日から金曜日まで(土・日・祝は冷凍おかずを事前に宅配)</li> <li>○対象地域と配達時間は要問合せ</li> </ul>
ともがき	高屋町造賀	082-430-2021	西条中央、御園宇、 円城寺付近	<ul style="list-style-type: none"> <li>○おかずのみ350円、ごはん150円、パック弁当510円、お汁70円(すべて税込)</li> <li>○月曜日から土曜日まで(日・祝は休み)</li> <li>○対象地域と配達時間は要問合せ</li> </ul>
生協ひろしま (おもいやりコープ 弁当便)	西条町寺家 (東広島支所)	0120-500-935	西条中央、御園宇、 板城・郷田・三永 の一部 (詳細は要確認)	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ごはん+おかず5品以上598円、おかずのみ6品以上598円、おかずのみ6品698円、おかずのみ8品698円(すべて税込)</li> <li>○月曜日から土曜日まで(日・祝は休み)</li> <li>○対象地域と配達時間は要問合せ</li> <li>※最初に出資金として1,000円必要</li> </ul>

## お弁当を配達してくれるお店②



名前	住所	電話番号	対象地域	内容
ニューひまわり	西条町御園宇	082-422-8117	西条南全域	<ul style="list-style-type: none"> <li>○お弁当 500 円、お好み焼き 600 円(どちらも税込)</li> <li>※2食以上から配達可</li> <li>※配達時間は、午前中は 11 時半ごろまで、午後は 15 時以降</li> </ul>
広島駅弁当(株)	広島市安芸区	082-885-8788	西条南全域	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ごはん付 :698 円または 720 円</li> <li>おかずのみ:598 円または 600 円</li> <li>○減塩食、エネルギーコントロール食どちらも 698 円(すべて税込)</li> <li>○月曜日から土曜日まで(日・祝は休み)</li> <li>○昼食のみ、夕食のみ、昼食と夕食から選択可</li> </ul>
ワタミタクシヨク	西条町下見 (東広島営業所)	0120-321-510	西条南全域	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ごはん付 :580 円</li> <li>おかずのみ:490 円または 616 円または 680 円(すべて税込)</li> <li>○月～金の 5 日間コース、月～日の 7 日間コース、曜日を選べるコース(1 食あたりプラス40円で週 2 日から希望曜日にお届け)から選択</li> <li>※1 日単位での注文不可</li> </ul>

## 食材や日用品を配達してくれるお店 (税率は商品によって異なるため、お店等にご確認ください。)



名前	住所	電話番号	対象地域	内容
生協ひろしま	西条町寺家 (東広島支所)	0120- 500-935	西条南全域	<ul style="list-style-type: none"> <li>○週1回配達</li> <li>○配達料は 200 円+税(65 歳以上の方、障害手帳をお持ちの方は 100 円+税)</li> <li>○購入金額によって配達料に割引あり</li> </ul>

## 移動販売に来てくれるお店



名前	住所	電話番号	対象地域	内容
フジ移動スーパー おまかせくん (フジグラン東広島)	西条町御園宇	0120- 326-600	西条南全域	<ul style="list-style-type: none"> <li>○食品等の移動販売</li> <li>※利用希望などについては要問合せ</li> </ul>
美野商店	安芸津町三津	0846- 45-0249	対応地域については要問合せ(現在、板城の一部の地域で実施中)	<ul style="list-style-type: none"> <li>○食品等の移動販売</li> </ul>

## 店内で買った商品を自宅まで届けてくれるお店



名前	住所	電話番号	対象地域	内容
ショージ R375 バイパス店	西条土与丸	082- 422-5102	西条中央1~8丁目、 御菌宇	○レジで購入する際に配達希望を伝えると、 100円+税にて配送可
ショージ 田口店 (ブラウニー)	西条町田口	082- 425-5388	馬木、大沢、鏡山、 鏡山北、上三永、郷曾、 下三永、田口、西大沢、 福本、御菌宇、 三永1~3丁目、森近	○レジで購入する際に配達希望を伝えると、 100円+税にて配送可

## 灯油を配達してくれるお店



名前	住所	電話番号	対象地域	内容
(株)大野石油店 東広島給油所	西条中央	082- 423-9197	西条全域	○料金:灯油代+配達料(20円/1リットル+税) ○配達日:第一&第三の火曜日と金曜日 ※前日までのご注文 ※配達時間の指定・当日のご注文は不可 ※灯油代は価格変動あり(要問合せ)
竹原 生活協同組合	竹原市中央	0120- 77-8507	西条・郷曾・三永・ 田口・福本・大沢	○料金:価格変動あり(要問合せ) ○配達日:4~10月は月1回(灯油ボイラーのあるお宅のみ)/11~3月は月2回(定期配送) ※竹原生協組合員への加入が必要 ※現金不可(口座振替での支払い)

## 出張カットに来てくれる理容院・美容院①



名前	住所	電話番号	対象地域	内容
(全日本福祉理美容協会) 訪問美容・理容 はーとりんぐ	広島市中区	082- 942-5177	西条南全域	○カット代 3,300 円、シャンプー1,100 円、 毛染め 4,400 円、パーマ 4,400 円 (すべて税込、出張費込)
(全日本福祉理美容協 会加盟店) マジフィックス ドゥージェーム	西条中央	082- 421-1414	西条南全域	○カット代 3,300 円、シャンプー1,100円、 毛染め 4,400 円、パーマ 4,400 円 (すべて税込、出張費込)
訪問美容サービスの ぐう・ちよき・ぱーま (びゅーていーさろん おおた)	西条町土与丸	082- 423-5532	西条南全域 (東広島市内 全域対象)	○カット代 3,850 円、シャンプー+カット 4,400 円、 毛染め+カット 6,050 円、毛染めのみ 4,730 円、 パーマ+カット 7,700 円、シャンプーブロー2,500 円 (税込、出張費込)
美容室ブルーム	西条西本町	082- 423-8958	西条南全域	○カット代 3,000 円(税込、出張費込)
hair salon Amie (上垣美容室)	西条町田口	082- 426-3004	西条南全域	○カット代 3,500 円(税込、出張費込) ○送迎あり(送迎代は施行代に含む) ※詳細については要問合せ



## 出張カットに来てくれる理容院・美容院②



名前	住所	電話番号	対象地域	内容
ヘアサロン CARDO(カルド)	西条本町	082- 423-6843	要問合せ	○カット代 4,400 円(税込、出張費込)
ヘアサロン サロンド・K	西条町助実	082- 422-4056	要問合せ	○カット代 1,500 円(税込、出張費込)
ホネタ理容院	西条町下三永	082- 426-0365	板城、田口、 郷曾、三永	○散髪料金は店舗と同じ料金(出張費不要)
りょう美容院	西条町田口	082- 425-1105	要問合せ	○既存のお客様であれば出張または送迎サービスあり ○新規の方は要問合せ

# 家庭ごみを家まで取りに来てくれるところ



名前	住所	電話番号	対象地域	内容
(株)都市ビルサービス	八本松町原	082-429-3737	西条南全域	<p>○家庭ごみの収集 ※ゴミ袋はピンクと青の事業用ゴミ袋を使用 ※収集回数・曜日等は応相談、5000円／月ぐらいが目安</p> <p>○粗大ごみの収集 ※金額は、ごみの種類や大きさ・量によって異なる</p>
オスカー管財(株)	西条町助実	082-423-5652	西条南全域 (その他の対象地域:西条北・高屋・八本松・志和)	<p>○家庭ごみの収集 ※ゴミ袋はピンクと青の事業用ゴミ袋を使用 ※回数・曜日等は要相談、週 2 回程度で5,000 円～6,000 円／月ぐらいが目安</p> <p>○粗大ごみの収集 ※金額は、ごみの種類や大きさ・量によって異なる</p>

## 家まで来てくれるクリーニング店



名前	住所	電話番号	対象地域	内容
(有)こうべや クリーニング	西条中央	082- 422-2478	西条中央、 御園宇	○通常のクリーニング料金のみ(配達料は不要)

## 安否確認をしてくれるところ



名前	住所	電話番号	対象地域	内容
みまもり訪問 サービス	お近くの郵便 局	0120- 23-28-86 (固定電話から) 0570 -046-666 (携帯電話から)	西条南全域	○郵便局社員が月1回自宅を訪問し、30分を目途に お話を伺い、ご家族に本人の様子をメールまたは 郵送で連絡してくれるサービス ○利用料は月々2,500円(税込み)

# 家の掃除や障子・ふすまの張替え、庭の草とりなどをしてしてくれるところ



名前	住所	電話番号	対象地域	内容
社会福祉法人つつじ 生活介護事業所 コスモス	西条町西条	082- 424-1711	西条南全域	○障子・ふすま・網戸の張替えなど ○料金例:ふすま(間仕切り用)2,800円または 4,500円、ふすま(押入れ用)2,500円または 3,700円、障子(大きいサイズ)1,600円、障子 (小さいサイズ)1,000円(すべて税込)
シルバー 人材センター	西条栄町	082- 426-4683	西条南全域	○庭の草刈り、障子・ふすま・網戸の張替え、家具の 移動、食事づくり、掃除、子守り等 ※料金等については要問合せ
ダスキン東広島店	黒瀬町南方	0120- 187-450	西条南全域	○掃除(ダスキンから道具持込での掃除) 料金例:キッチンクリーニング 17,000円+税、 浴室クリーニング 18,000円+税 ○家事手伝い(依頼者宅にある道具を使用しての掃除 →7,000円+税/2時間、定期利用のみ対応) ※詳細については要問合せ
ハウスクリーニング ぽけっと	八本松正力	082- 428-1812	西条南全域 (要問合せ)	○家事代行 料金:1時間当たり 3,500円+税 ※2時間以上から利用可
(就労継続支援B型事業所) ワークセンター なかよし	高屋町檜山	082- 493-8750	西条南全域	○草取りや庭掃除など ○料金は基本が半日で 5,000円だが、広さや量 などにより追加料金有り。 ※詳細については要問合せ

# お互いさまの助け合い活動(有償ボランティア)



名前	住所	電話番号	対象地域	内容
くらしの助けあい (生協ひろしま)	廿日市市	0829- 50-0686 (本部事務所)	西条南全域	<p>○掃除、洗濯、食事作り、見守り、買物など(専門的な技術を要しない、誰でもできる範囲でのお互いさまの助け合い活動)</p> <p>○利用料:1時間800円+交通費</p> <p>※利用する側も活動する側も、生協ひろしまの組合員であることが条件</p> <p>※活動希望・利用希望どちらもまず本部事務所へ連絡ください</p>
陽だまりクラブ (会員制のたすけあい活動)	西条町土与丸 (ゆめタウン 東広島3F)	082- 430-7007	西条南全域	<p>○買い物、食事の支度、掃除・洗濯、話し相手、見守り、託児、産前産後のお手伝い、草とり、ペットの世話、衣替えなど</p> <p>○利用料金:1時間800円+交通費20円/1km+活動に伴う諸費用</p> <p>※お盆や年末年始は利用料2割増</p> <p>○延長料金:15分ごとに200円</p> <p>※利用に際しては、陽だまりクラブの入会が必要(年会費2,000円)</p> <p>※詳細は要問合せ</p>

## 地域の人と交流できる場所(サロン)①【板城】



名称	地域	問合せ先	活動内容(年度ごとに異なる)
大沢ワイワイトークサロン	西条町大沢	082-430-8867 (東広島市社会福祉協議会 地域福祉課)	歌、茶話会、出前講座など
西大沢サロン	西条町西大沢		手芸、季節の行事、お出かけなど
なでしこサロン	西条町森近		出前講座、茶話会など
下馬木サロン	西条町馬木		季節の行事、料理、食事会など
サロン為則	西条町馬木		季節の行事、忘年会など
福本サロン	西条町福本		出前講座、手芸、ゲームなど
板城ホットサロン	西条町馬木 (対象:板城地区全域)		学習活動、脳トレ、介護予防ゲームなど
集いのいえ 「ほそかわさんち」	西条町福本		茶話会、子育て相談、持ち寄り材料でのランチやおやつなど ※子どもから高齢者まで参加可能

## 地域の人と交流できる場所(通いの場)【板城】



名称	地域	問合せ先	活動内容(年度ごとに異なる)
板城いきいき体操	西条町馬木	082-420-0936 (東広島市役所健康増進課)	百歳体操(毎週火曜日 10:00~11:30)
サロン為則	西条町馬木		百歳体操(毎週月曜日 13:30~15:00)
大沢ワイワイトークサロン	西条町大沢		百歳体操(毎週火曜日 4月~10月 8:30~11:00 11月~3月 9:00~11:00)
福本サロン	西条町福本		百歳体操(毎週金曜日 9:00~10:30)
いきいき体操ゆきさだ	西条町森近		百歳体操(毎週木曜日 10:00~11:00)

## 地域の人と交流できる場所(サロン)【郷田】



名称	地域	問合せ先	活動内容(年度ごとに異なる)
柏原サロン	西条町田口	082-430-8867 (東広島市社会福祉協議会 地域福祉課)	季節の行事や手芸、出前講座など
コスモスの会	西条町郷曾		季節の行事やゲーム、お出かけなど
武士ふれあいサロンどんぐり会	西条町田口		食事会、手芸、お出かけなど
こぶし会	西条町郷曾		季節の行事、出前講座、お出かけなど
うぐいすサロン	西条町郷曾		交流会、ゲーム、お出かけなど
子育てサロンよちよち	西条町郷曾		季節の行事、出前講座、わらべうた遊びなど



## 地域の人と交流できる場所(通いの場)【郷田】



名称	地域	問合せ先	活動内容(年度ごとに異なる)
夢サロン	西条町田口	082-420-0936 (東広島市役所健康増進課)	百歳体操(毎週木曜日 9:30~11:00)
東子サロン	西条町田口		百歳体操(毎週火曜日 ①13:30~13:40 ②14:00~14:40) ※2 グループに分けて実施
ほほえみ会サロン	西条町田口		百歳体操(毎週火曜日 14:00~15:00)
キラキラ武士の会	西条町田口		百歳体操(毎週木曜日 13:30~14:30)
柏原サロン百歳体操	西条町郷曾		百歳体操(毎週月曜日 13:30~14:30)

## 地域の人と交流できる場所(サロン)【御藪宇・西条中央】



名称	地域	問合せ先	活動内容(年度ごとに異なる)
和泉サロン	西条中央	082-430-8867 (東広島市社会福祉協議会 地域福祉課)	季節の行事、ボール体操、コミュニケーション麻雀など
松賀サロン	西条町御藪宇		健康体操、季節の行事、茶話会など
ハッスル弥生の会	西条町御藪宇		茶話会、運動指導、お出かけ、お悩み相談会など
みそのうにじいろサロン	西条町御藪宇		体操、コミュニケーション麻雀、園児との交流など
三ツ城ふれあい・いきいきサロン	西条中央		お出かけ、子どもとの交流会、出前講座など
子育て広場バナナ	西条中央 (中央図書館)		わらべ歌、紙芝居、手遊びなど

## 地域の人と交流できる場所(通いの場)【御園宇・西条中央】



名称	地域	問合せ先	活動内容(年度ごとに異なる)
上戸健康福祉クラブ	西条町御園宇	082-420-0936 (東広島市役所健康増進課)	百歳体操(毎週月曜日 10:00~11:30)
円城寺いきいきクラブ	西条町御園宇		百歳体操(毎週水曜日 ①9:00~10:00 ②10:15~11:15) ※2 グループに分けて実施
レッツゴースマイル	西条町御園宇		百歳体操(毎週火曜日 ①9:15~10:15 ②10:30~11:30) ※2 グループに分けて実施
いきいき会西条中央	西条中央		百歳体操(毎週月曜日 10:00~11:30) ※会場の都合により定員あり

## 地域の人と交流できる場所(サロン)【三永】



名称	地域	問合せ先	活動内容(年度ごとに異なる)
ゴーゴー三永サロン	西条町上三永	082-430-8867 (東広島市社会福祉協議会 地域福祉課)	季節の行事や出前講座、茶話会など
サロン本頭スマイル	西条町下三永		季節の行事や出前講座、料理など
御近所会	西条町下三永		季節の行事や手芸、茶話会など
なごみ会	西条町下三永		茶話会、手芸、料理など
サロン七夕	西条町下三永		季節の行事や茶話会、出前講座など
サロン向原	西条町下三永		茶話会、食事会など

## 地域の人と交流できる場所(通いの場)【三永】



名称	地域	問合せ先	活動内容(年度ごとに異なる)
上三永2区	西条町上三永	082-420-0936 (東広島市役所健康増進課)	百歳体操(毎週月曜日 14:00~15:00)
元気ハツラツさんSUN三区	西条町上三永		百歳体操(毎週金曜日 13:30~15:00)
ゴーゴーいきいきクラブ	西条町上三永		百歳体操(毎週木曜日 13:30~14:45)
いきいき百歳体操愛好会	西条町下三永		百歳体操(毎週月曜日 14:00~15:30)
みながの里	西条町下三永		百歳体操(毎週木曜日 9:30~10:30) ※外部は制限あり
さざんか本頭	西条町下三永		百歳体操(毎週土曜日 8:30~10:00)
加計げんき体操倶楽部	西条町下三永		百歳体操(毎週水曜日 10:00~11:00)

## 地域の相談窓口①



相談内容	事業所名	電話番号	事業内容
家まで訪問してくれるお医者さんを知りたい	東広島地区医師会 (地域連携室あざれあ)	082- 493-7360	○訪問してくれる病院の情報提供
家まで訪問してくれる歯医者さんを知りたい	東広島市歯科医師会	082- 423-0160	○訪問してくれる歯科の情報提供
家まで訪問してくれる薬剤師さんを知りたい	東広島薬剤師会	082- 423-7340	○訪問してくれる薬剤師の情報提供
認知症に関する不安や悩みを相談したい	広島中央認知症疾患 医療センター	082- 493-8651	○電話による相談 ○医師による診察、検査等
認知症の家族を介護している不安や悩みを相談したい	やすらぎ会	082- 430-8877	○家族介護者の集いを月1回実施 ○介護者同士で悩みや心配事をお互いに話し合い、介護の知恵を出し合っている ○健康づくりのための歌唱活動
暮らしの中の困りごと(経済的なこと以外)について相談したい	株式会社おたすけ隊	080- 3874-0363	○不用品処分、庭の草刈りや剪定、リフォーム、お墓掃除、お参り代行、清掃(ハウスクリーニング)などの相談受付とサービスの利用調整
終活や日常生活の悩みごとについて相談したい	NPO 法人 アイフィットグループ ゆりかご	082- 422-2785	○葬儀、相続、生前整理、遺品整理、不動産、墓・埋葬、司法書士、税理士などに関する総合相談・セミナーの開催

## 地域の相談窓口②



相談内容	事業所名	電話番号	事業内容
難病について相談したい	広島県西部東保健所 保健課 健康増進係	082- 422-6911	○難病に関する相談対応や医療助成制度等の 相談など
家計が苦しいので相談したい	東広島市 生活支援センター	082- 420-0410	○電話、窓口、訪問等による相談受付 ○必要に応じた支援機関や関係機関への同行 ○他の支援機関との連携による生活の立て直し 支援など
生活上の困りごとなどを相談したい(65歳以上の方の 総合相談窓口)	東広島市西条南地 域包括支援センター 【受託法人】 医療法人 好縁会	082- 422-1020	○電話や訪問による相談受付 ○介護保険サービスや高齢者保健福祉サービス を利用するためのお手伝い ○高齢者の虐待に関する相談への対応など
福祉に関することで どこに相談すれば良いか分 からない時の相談窓口	ひがしひろしま HOT(ほっと)けん ステーション	082- 493-5621 (地域共生推進 課内)	○電話、窓口、訪問、メール等による相談受付 ○赤ちゃんから高齢者まで全世代に対応 ○相談窓口が分からない福祉に関する相談の対 応・窓口の紹介 ○解決困難な困りごとのサポート支援など

<「ささえ愛べんり帳」作成協力機関一覧>

板城小学校区住民自治協議会

西条住民自治協議会

ふるさと郷田自治協議会

御園宇小学校区住民自治協議会

三ツ城自治協議会西条中央支部

三永まちづくり協議会

西条南地区民生委員児童委員協議会

西条南地域高齢者相談センター

東広島地域包括支援センター

東広島市社会福祉協議会



(西家の長男)  
はにーくん

<問い合わせ先>

東広島市社会福祉協議会 地域福祉課

☎ 082-430-8867



←社会福祉協議会のホームページから、  
『ささえ愛べんり帳』の PDF ファイル  
がダウンロードできます。



←『ささえ愛べんり帳』の PDF ファイルは、  
「つながるみそのう」のホームページからも  
ダウンロードできます。

『ささえ愛べんり帳』 令和4年4月