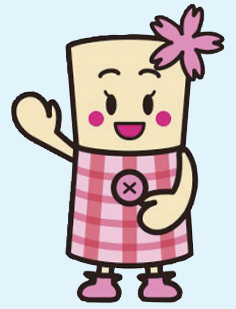




高齢者等のみなさん、
お弁当や家電の取り付けなど
ちょっとした用事で困っていませんか？
そんなときは、



西 脇 市

“ちょっとした困りごと お助け手引き”

「ちょっとした困りごと
お助け手引き」を
見てみようかな？

勇気をだして
電話してみて！

ひとりで悩まず、
みんなで支えて
ますからね！

きっといい情報が
見つかるよ。



この「ちょっとした困りごとお助け手引き」は、高齢等の理由で、ちょっとした用事や、外出することが難しい方のご自宅を訪問してくれる、お店の情報をまとめたものです。

西脇市社会福祉協議会

令和6年4月発行

目次

- 弁当 3～4 ページ
- 食料品・日用品(薬品) 5～6 ページ
- 修理・工事 6～7 ページ
- 生活支援 7～8 ページ
- 訪問理容・美容 9～10 ページ
- 眼鏡・補聴器 11～12 ページ
- 介護タクシー 12～13 ページ
- その他のサービス 14 ページ

この「ちょっとした困りごとお助け手引き」は、
ちょっとした用事や外出が難しい方のご自宅を訪問
してくれる、お店の情報をまとめたものです。



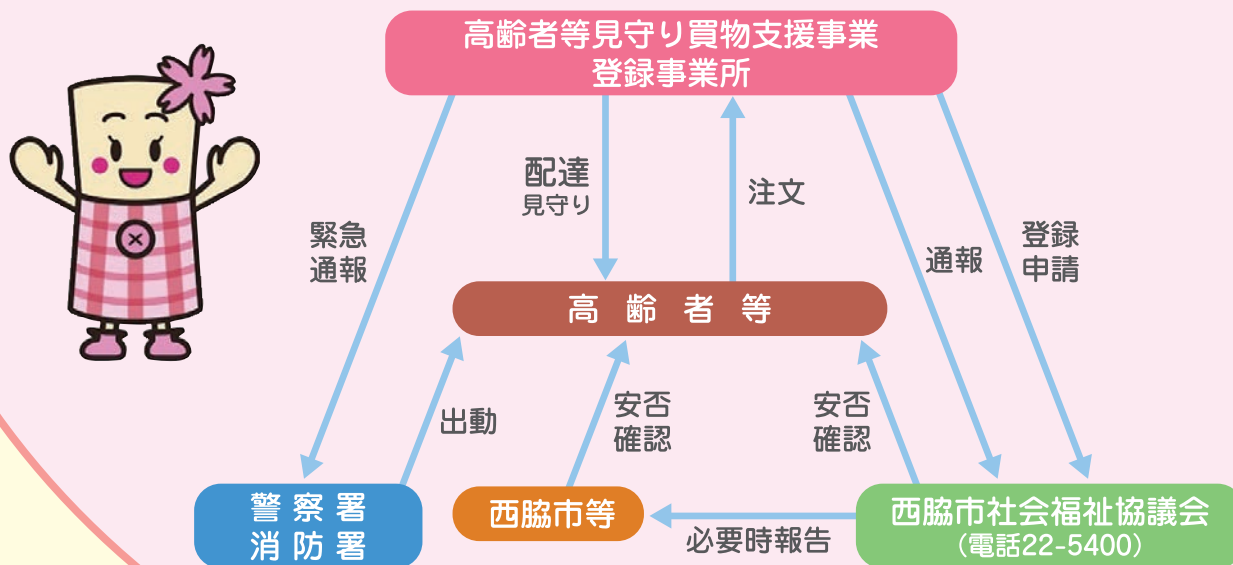
～ 利用方法 ～

- 1 「『ちょっとした困りごとお助け手引き』を見ました。」と、お店の人に教えてください。
 - 2 依頼(困り事を伝え提供されるサービス)内容が自分の希望に合っているか(取扱商品の金額等)どうかを確認してください。
 - 3 依頼(困り事を伝え提供されるサービス)内容が希望にあっていたら、あなたの名前、住所、電話番号をお店の人に伝えてください。
- 不明な点は

西脇市社会福祉協議会 ☎22-5400
FAX 23-1891まで、ご連絡ください。

高齢者等見守り買物支援事業とは

買物等が困難といった日常生活に支障を感じている高齢者等に対し、宅配、買物代行、掃除等の生活支援サービスが提供可能な事業所情報を集約した『ちょっとした困りごとお助け手引き』を配布し、安心して日常生活を送れるよう、事業所による見守りの強化を図ることを目的としています。



「ちょっとした困りごとお助け手引き」について

『ちょっとした困りごとお助け手引き』は、令和3年4月から始まった高齢者等見守り買物支援事業のひとつで、高齢者等のみなさまに活用していただくために作成したものです。

西脇市社会福祉協議会においては、これまでも給食サービス事業での声かけによる安否確認など、民生委員・児童委員、自治会関係者等による見守り活動が行われています。

しかしながら、高齢化は今後も一層進展し、地域では要支援・要介護認定者や認知症、ひとり暮らしの高齢者など、支援の必要な高齢者の増加が見込まれています。

近年では、認知症高齢者が行方不明となる事案や振込み詐欺被害などが増加しており、地域で高齢者を見守る「目」をさらに充実させる取り組みが重要です。

そこで社協では、従来の地域における見守り活動に加え、『ちょっとした困りごとお助け手引き』を配布し、西脇市内で業務を行っている事業者の協力を得て高齢者等への積極的な声かけを実施し、気づいた高齢者の異変を社協にご連絡いただき適切な支援につなげるなどの取り組みを実施しています。

掲載している内容について

『ちょっとした困りごとお助け手引き』に掲載している内容は、社協だよりなどで登録いただける事業所を募集し、申請を受けたものです。

なお、記載している内容は、令和6年3月末日現在（改訂）のもので、内容は変更される場合があります。ご了承ください。ご利用の際は、直接、事業所にご確認ください。

弁 当



愛情たっぷりの、心のこもった
お弁当はいかがですか？

1 いなか出前亭

☎ 080-3826-0141 FAX 23-7265
西脇市鹿野町914-5

取扱商品	お弁当、冷凍食品、飲料、 生活用品の宅配(2,000円以上から配達可)
対象地域	市内全域
宅配料	有料500円(1万円以上は、送料無料)
受付時間	10:00~18:00
配達日・サービス	11:00~20:00(年末年始、お盆は休み)確認して下さい



酒屋が配達する西脇の出前サービス。
最短2時間で飲食店のお料理を、ご自宅まで
お届け致します。

2 笑味屋弁当

☎ 24-1203 西脇市西田町181-1

取扱商品	昼食弁当の宅配 (配食時に話の傾聴、内服確認、安否確認等)
対象地域	市内全域
宅配料	無料
受付時間	前日の8:30~16:00
配達日・サービス	10:30~12:30(土、日曜日は定休日・12月29日~1月3日休み)



一般社団法人順悠会は、令和2年5月1日から
障がい福祉サービスである生活介護、日中一時
支援事業を行っています。地域の方や高齢者、
障がい者と共に多様なつながり、共生を目指し
て笑味屋弁当を令和2年8月1日に開店し、宅
食しています。

3 けんたくん西脇店

☎ 20-3236 多可町八千代区中野間918-2

取扱商品	冷凍弁当(冷凍ライスもあります)の宅配 価格500~840円(税別) ライス200g 110円(税込み)
対象地域	市内全域
宅配料	無料
受付時間	9:00~18:00
配達日・サービス	毎週月曜日の午後(応相談)



配達条件: 毎週月曜日の午後1週間分まとめて
配達します。(相談に応じます。)一般健康食・
糖尿病食及び腎臓病食の方向けのお弁当も取り
揃えています。まずは、お試し(1食分無料の7
食セット他)からどうぞ。

4 宅配クック123西脇店

☎ 22-6888

FAX 22-4888
西脇市高松町570-1

取扱商品	高齢者専門宅配弁当サービス
対象地域	市内全域
宅配料	無料
受付時間	8:00~18:00
配達日・サービス	9:00~17:00(1月1日~3日のみ休み)



食を通じて高齢者の方々の在宅生活をサポートしています。

5 本家かまどや西田町店

☎ 24-1266

FAX 24-1266
西脇市西田町178-6

取扱商品	お弁当全般、お茶、カップみそ汁等
対象地域	市内全域(一部エリア配達外) 西脇中学校より北側
宅配料	無料(合計1,000円以上)
受付時間	当日9:30~13:15
配達日・サービス	10:00~13:30(年中無休)



交通手段のない方、一人住まいで食事が心配な方等、お気軽にお電話ください。

6 本家かまどや西脇野村店

☎ 24-0930

FAX 24-0930
西脇市野村町392-7

取扱商品	お弁当全般、お茶、カップみそ汁等
対象地域	市内全域(一部エリア配達外) 西脇中学校より南側
宅配料	無料(合計1,000円以上)
受付時間	当日9:30~13:15
配達日・サービス	10:00~13:30(年中無休)



交通手段のない方、一人住まいで食事が心配な方等、お気軽にお電話ください。

7 ワタミの宅食 兵庫加東営業所

☎ 080-3372-9431 FAX 42-2027
加東市喜田1-3-21

取扱商品	冷蔵お弁当、冷凍お弁当、冷凍食品等の宅配
対象地域	市内全域(一部、お届けできないエリアあり・要相談)
宅配料	無料
受付時間	9:00~17:00
配達日・サービス	9:00~17:00(土、日曜日、祝日は定休日)



担当スタッフが、毎日ご自宅までまごころを込めて、お届けします。お気軽にお電話ください。

食料品・日用品(薬品)



お米や食料品、日用品(薬を含む)
などをお届けします。

1 きし薬局下戸田店

☎ 25-2050 FAX 25-2345
西脇市下戸田624 (西脇病院前)

取扱商品	調剤した薬(処方箋を先に持参していただき、薬の説明をいたします。)
対象地域	市内全域
宅配料	要相談
受付時間	9:00~17:00
配達日・サービス	要相談(土、日曜日、祝日は定休日)



調剤した薬は翌日に発送し、翌々日に到着予定です。

2 生活協同組合コープこうべ 協同購入センター三木

☎ 0120-44-3100 三木市別所町
(くらしの情報センター) 小林宿谷北657-12

取扱商品	食料品等
対象地域	市内全域
宅配料	231円(組合員またはその配偶者の方が65歳以上で、単身あるいはご夫婦二人暮らしの方は、114円)
受付時間	8:30~19:00(日・月は8:30~18:00)
配達日・サービス	火~土曜日のうち決まった曜日・時間(日、月曜日は定休日)



食品の安心安全をモットーに約50万件の方に、ご利用いただいております。
毎週火曜日から土曜日のうち、いずれかの決まった曜日と決まった時間にお届けします。

3 みのり農業協同組合 西脇営農経済センター

☎ 22-5955 FAX 23-3601
西脇市西田町189-3

取扱商品	お米、肥料等の農業資材の配達
対象地域	市内全域
宅配料	無料
受付時間	8:45~17:15
配達日・サービス	9:00~17:00(土、日曜日、祝日の配達は休み)



お米や肥料等の農業資材を配達いたします。
お気軽にお電話ください。



4 ヒロタ薬局野村店

☎ 24-1577

FAX 24-1277
西脇市野村町字薬師ノ下860-1

取扱商品	調剤した薬
対象地域	市内全域
宅配料	要相談
受付時間	9:00~17:00
配達日・サービス	9:00~19:00(日曜日、祝日は定休日)



公式LINE始めました。
お薬の待ち時間短縮に
是非ご利用ください。



ご登録は
こちらから



お薬を取りに行く時間のない方や、交通手段のない方は、お気軽にご相談ください。
処方箋は、先にFAXもしくはLINE(ライン)で送ってください。

5 ヒロタ薬局

☎ 22-1284

FAX 22-1925
西脇市西脇192

取扱商品	・処方箋 ・介護用品、医療機器(カテーテル・シリンジ・ガーゼ等)、調剤作業
対象地域	市内全域
宅配料	要相談
受付時間	9:00~17:00
配達日・サービス	9:00~17:00(日曜日、祝日は定休日)



公式LINE始めました。
他にFAX、EPARKで
処方箋の受付もして
います。



ご登録は



ステロイドを使っていない点鼻薬や、アレルギー用の鼻炎散など、昔ながらの製法で当店で作った薬局製剤も販売中。
お困りのことがあれば、お気軽にお問合せ下さい。

修理・工事



家電・電気やお家のことなら、
何でもお尋ねください。

1 エーナガ電気工業株式会社

☎ 22-2539

FAX 22-0160
西脇市野村町1795-403

取扱商品	家電販売・修理、電気工事一式
対象地域	市内全域
出張料	要相談
受付時間	8:30~17:30
営業日	要相談(土、日曜日は定休日)



電気工事の事なら
おまかせください。

2 かぶ しき がい しゃ 株式会社カナダ

☎ 22-5034

FAX 22-4273
西脇市下戸田270-23

取扱商品	手すり工事、段差解消、バリアフリー工事、リフォーム工事等
対象地域	市内全域
出張料	要相談(見積り無料)
受付時間	8:00~18:00
営業日	8:00~18:00(日曜日、祝日は定休日)



小さな事でも対応します。
家の事なら何なりとご相談ください。



3 こう れい しゃ せい かつ し えん どんぐりっこ 高齢者生活支援サービス

☎ 42-5986

FAX 42-2731
加東市東古瀬58

取扱商品	修理・工事…家電の修理及び工事等(家電処理も可能) 生活支援…清掃・掃除、草刈り、剪定・不用品処理等
対象地域	市内全域
出張料	無料
受付時間	まずはお電話ください。
営業日	9:00~(年中無休【状況に応じて対応】)



高齢者の生活支援(生活不用品処理)も行っております。お困りの時は、どうぞお気軽にご連絡ください。

生活支援



掃除や買い物など、生活の一部を支援します。

1 ゆう げん がい しゃ 有限会社カワキシ

☎ 28-2568

FAX 28-4243
西脇市黒田庄町前坂458

取扱商品	生活支援 不用品処理、遺品整理、お家の片付け、家具の移動 清掃、掃除、草刈り、剪定、ハウスクリーニング
対象地域	市内全域
出張料	料金等、詳しくは、お問い合わせください。
受付時間	24時間受付
サービス利用日	8:00~17:00(年中無休)



高齢者の生活を支援します。(一般ごみの処分)
介護ベッド設置の際の古いベッドの処分・
1部屋の片づけや、生前整理。
施設入居前の片付けも、お任せください。

2 ケアサポート和み

☎090-7114-2566 FAX 22-8373
西脇市中畑町919-1

取扱商品	介護タクシー。送迎からヘルパー業務まで (介護福祉士がお出かけをトータルサポート)
対象地域	市内全域
出張料	料金等、詳しくは、お問い合わせください。
受付時間	8:00~18:00
サービス利用日	8:00~18:00(日曜日は定休日 事前予約の場合は対応)

介護福祉士がお出かけをトータルサポート

和み
are support

送迎からヘルパー業務まで



3 公益社団法人 西脇・多可シルバー人材センター

☎23-5686 FAX 23-1568
西脇市嶋253-1

取扱商品	植木の剪定・除草・草刈・清掃・買物代行等
対象地域	市内全域
出張料	料金等、詳しくは、お問い合わせください。
受付時間	8:30~17:15
サービス利用日	8:00~17:00(土、日曜日、祝日は定休日【年末年始・夏期休暇あり】)



60歳以上の方が様々な就業に携わり、生き生きと働きながら自分の楽しみもつけています。社会と関わり、刺激も受けながら、高齢化社会の真ん中で頑張っている高齢者の団体です。

4 ハンキュー

☎32-0058 FAX 32-0058
多可町中区森本304

取扱商品	お家の清掃作業、片付け、処分 草刈り、木の伐採、庭木の剪定
対象地域	市内全域
出張料	料金等、詳しくは、お問い合わせください。見積り無料
受付時間	8:30~18:30
サービス利用日	8:30~18:30(年中無休)



身の回りの困り事や気になる事のお手伝いをします。
何なりとご相談ください。

5 ポピー

☎090-6203-7686 FAX 20-5458
西脇市小坂町200-10

取扱商品	外出・通院の同行、買い物・薬の受取り等の代行、 生活全般の介護や支援
対象地域	市内全域
出張料	無料(サービス料は、15分700円)
受付時間	8:00~18:00
サービス利用日	8:00~18:00(年中無休【時間外、年末年始は要相談】)



住み慣れた地域で、生きがいをもって暮らし続けられるようにサポートします。
お困りごとがありましたら、どうぞお気軽にお電話で、お問合せください。

訪問理容・美容



訪問理容・美容でさっぱり、きれいになりませんか？

1 カットスタジオ安藤^{あん どう}

☎ 23-3568
(090-8570-1941)

FAX 23-3568
西脇市嶋269-2

取扱商品	訪問理容・美容(カット、お顔そり、カラー、パーマ)
対象地域	市内全域
出張料	無料(津万地区以外は有料)
受付時間	10:00~16:00
サービス利用日	要相談



様々なご事情で外出が困難で、理美容が利用できない方に、ご自宅で理美容サービスを行います。いつまでも“キレイ”をお手伝いします。

2 サン美容室^{ひょうしつ}

☎ 22-5621

西脇市野村町251-4

取扱商品	ヘアカット(設備次第ではシャンプー、パーマも可)
対象地域	市内全域
出張料	無料
受付時間	12:00~17:00
サービス利用日	要相談(月曜日は定休日)



交通手段がない方など、ご希望によっては当院への送迎も可能です。毛染め・パーマもできます。もちろん出張して、カットもできます。できれば昼からが希望です。

3 訪問散髪かっちゃん^{ほうもんさんばつ}

☎ 080-1517-0868

西脇市小坂町225

取扱商品	訪問散髪
対象地域	市内全域
出張料	要相談
受付時間	まずはお電話ください。
サービス利用日	要相談

料金、出張料等について、詳しくは、お問合せください。



4 ヘアーサロン床久 とこ きゅう

☎22-1171

西脇市西脇535-1

取扱商品	カット、顔そり、シャンプー (毛染め等は、事前にご相談ください。)
対象地域	市内全域
出張料	要相談
受付時間	9:00~17:00
サービス利用日	10:00~16:00(月曜日、第3日曜日、祝日は定休日)



女性には、女性スタッフが対応させていただきます。どうぞ、お気軽にご連絡ください。

5 ヘアーサロンヤマサキ

☎22-7821

西脇市寺内515-16

取扱商品	訪問理容
対象地域	津万・比延地区(他地区は要相談)
出張料	無料(津万・比延地区以外は要相談)
受付時間	8:00~19:00
サービス利用日	要相談



6 りょう 理容はやし

☎28-4086

FAX 28-4086
西脇市黒田庄町田高313-8

取扱商品	訪問理容
対象地域	黒田庄地区
出張料	無料(カット代のみ有料)
受付時間	9:00~15:00
サービス利用日	要相談(月曜日・祝日は定休日)

安心安全、そして喜んで頂けることを目標にしています。高齢化社会で、お互いに助け合いの精神をモットーに、みなさんに喜んで頂けるよう努力しています。



メモ

眼鏡・補聴器



最近、新聞や本の字が
見にくいことはありませんか？
そんな時は、ぜひ一度ご相談ください。

1 ダイヤモンド・ジュエリー・フジワラ

☎ 23-5208

FAX 23-4547
西脇市野村町1817-25



取扱商品	時計、宝石、メガネの修理・販売、腕時計の電池交換
対象地域	市内全域
出張料	無料
受付時間	9:00~18:00
サービス利用日	10:00~16:00(要予約)(不定休)

視力測定からアフターサービスまで出張して、丁寧に対応いたします。
この他にも、アクセサリー(宝石)のリフォーム・買取も行います。

2 ほうせき 宝石・メガネ・時計 はせがわ とけい

☎ 22-2428

FAX 22-2428
西脇市西脇948-11



取扱商品	宝石・メガネ・時計 (出張で腕時計の電池交換、メガネの修理・調整等)
対象地域	市内全域
出張料	無料
受付時間	9:30~19:00
サービス利用日	10:00~18:00(水曜日は定休日)

創業65年の宝石、メガネ、時計専門店です。
予算に応じて、出張販売もいたします。
お気軽にお問合せください。

3 きがわ メガネの木川

☎ 22-8676

FAX 22-8676
西脇市野村町1796-299



取扱商品	メガネ、補聴器、雑貨の販売及びメンテナンス、 金・プラチナ買取
対象地域	市内全域
出張料	無料
受付時間	10:00~19:00
サービス利用日	10:00~19:00(水曜日は定休日)

認定眼鏡士・認定補聴器技能者が在籍しています。
創業以来88年、確かな知識と技術で、商品を提供させていただきます。

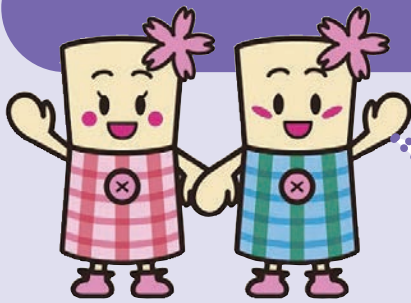
4 しゅっちょうほうもんメガネスーパー出張訪問サービス

☎0120-234-5061 神戸市中央区三宮1-9-1
センタープラザ135号室

取扱商品	メガネ・補聴器の調整、修理、測定 時計の電池交換
対象地域	市内全域 他
出張料	詳しくは、お問い合わせください。
受付時間	10:00～18:00
サービス利用日	9:00～19:00(年中無休)



介護タクシー



「ちょっとそこまで」という時、
お気軽に介護タクシーを
ご利用ください。

1 しんざん ふくしアイリス深山・福祉タクシー

☎22-5925 FAX 22-5925
西脇市津万178

取扱商品	買い物の付添い・代行、通院の付添い、 薬の受取り代行・代参等
対象地域	市内全域 兵庫県
出張料	詳しくは、お問い合わせください。
受付時間	8:00～19:00
サービス利用日	9:00～18:00(日曜日、祝日は定休日【事前予約で対応可能】)



ケアドライバー
深田 政幸

皆様の快適な暮らしを応援します。お困りごとがあれば、ご相談ください。ご要望に添い、真心でお手伝いします。

2 オアシスケアサービス

☎27-0576 FAX 20-3094
西脇市落方町583-17

取扱商品	買い物の付添い・代行、病院付添い、 薬の受取り代行等
対象地域	市内全域
出張料	詳しくは、お問い合わせください。
受付時間	8:00～17:00
サービス利用日	8:00～17:00(日曜日、祝日は定休日【事前予約で対応可能】)



行楽・旅行など

お困りごとがあれば、
お気軽にお電話ください。



お買い物などへ

3 ^{かいご}スマイル介護タクシー(スマイル合同会社) ^{ごとうがいのしゃ}

☎090-8207-4429 FAX 28-4429
西脇市黒田庄町岡348-2

取扱商品	受診や入退院等外出の付き添い 買い物や掃除等生活支援
対象地域	市内全域・市外も対応します。
出張料	詳しくは、お問い合わせください。
受付時間	8:00~18:00
サービス利用日	8:00~18:00 日曜日(事前予約で対応可能)



車いすのままで乗車OK!
どこでもお送りいたします。
お困りの時は、どうぞお気軽にご連絡ください。

4 ^{かいご}介護タクシーらくらくサポート

☎23-3452 FAX 23-3452
西脇市野村町192-2

取扱商品	買い物、付添い、家内の手伝い
対象地域	市内全域
出張料	無料
受付時間	8:00~17:00
サービス利用日	8:00~17:00(日曜日は定休日)



5 ^{にし わき}西脇タクシー株式会社 ^{かぶ しき がい しゃ}

☎0120-288-368 FAX 23-2636
西脇市西脇1215-1

取扱商品	タクシー(介護タクシーもあります)
対象地域	市内全域 他
出張料	詳しくは、お問い合わせください。
受付時間	8:00~21:00
サービス利用日	7:00~22:00 年中無休



市内も遠出も、お気軽にお問い合わせください。

6 ^{やま さくら}山桜ケアタクシー

☎23-4780 西脇市大野512-1

取扱商品	通院や入退院の付添い、日常の外出等の付添い、 薬の受取り代行、日常生活上の身体介助など
対象地域	市内全域 市外も対応します。
出張料	詳しくは、お問い合わせください。
受付時間	8:00~18:00
サービス利用日	8:00~18:00(日曜日は定休日【事前予約で対応可能】)



タクシーをご利用の方に、各種サポートを提供しています。お困りごとがあれば、お気軽にお電話でご相談ください。

その他のサービス



「最近、身体を動かしていないなあ」
というあなた、いかがですか？

1 アロマリラクゼーション ベルダ

☎ 080-5216-1562 西脇市和田町85-1

取扱商品	個人宅等へ訪問してマッサージ (*健康保険・介護保険は、適用されません。)
対象地域	市内全域
出張料	有料 1,500円から
受付時間	10:00~19:00
サービス利用日	日曜日・祝日・年末年始は定休日



- ・介護や看護が必要な方（様々なご事情で外出が困難な方）
- ・介護や育児で、外出が困難な方。

2 縁りあう

☎ 080-5354-5998 西脇市富田町77-1

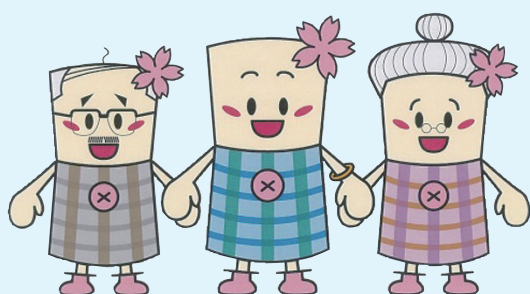
取扱商品	個人宅へ訪問しての運動指導 公民館等で体操教室の開催(いきいきサロン)
対象地域	市内全域
出張料	有料(詳しくは、お問い合わせください。)
受付時間	要相談
サービス利用日	要相談



身体が動けば心も動く。運動指導やリハビリ視点で身体へのアプローチを行い、地域でいきいきと生活していただけるよう支援します。



メモ



西脇市 ちょっとした困りごとお助け手引き

作成

西脇市社会福祉協議会

住所

〒677-0053 西脇市和布町277-1

電話番号

0795-22-5400

FAX

0795-23-1891