

【令和4年9月版】

出雲市高齢者べんり帳



出雲市社会福祉協議会



高齢者あんしん支援センター

この「出雲市高齢者べんり帳」は、高齢者の方々が住み慣れた地域で安心して暮らせるために、暮らしに役立つ市内の情報をまとめたものです。

情報の詳細につきましては、変わっていくこともありますので、直接各事業者等にお問合せください。

もくじ

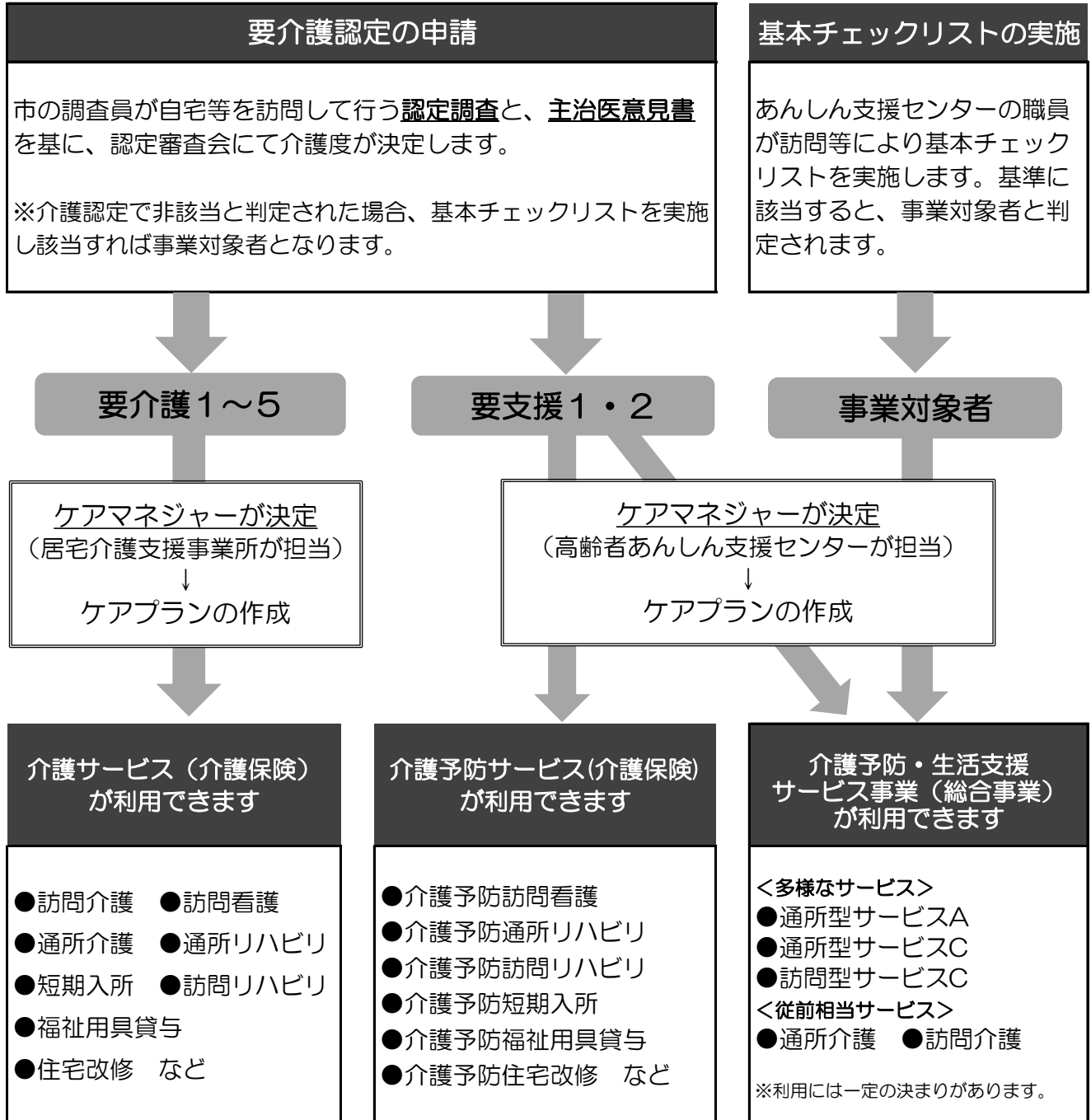
①	介護保険・総合事業利用の流れ	1
②	出雲市の高齢者福祉制度など	2
③	インフォーマルサービス（介護保険以外のサービス）		
	●宅配弁当	7
	●福祉タクシー（福祉輸送サービス）	10
	●食料・日用品の配達、移動販売	14
	●家事支援・生活支援	17
④	出雲市社会福祉協議会の事業	30
⑤	出雲市内の高齢者施設一覧	31

1 介護保険・総合事業利用の流れ

介護保険サービスや出雲市が実施する介護予防・生活支援サービス事業(総合事業)を利用するには、要介護認定か基本チェックリストの判定を受ける必要があります。
 まずはご相談ください。

■出雲市高齢者福祉課 介護認定係 ☎21-6971

■各地域の高齢者あんしん支援センター（連絡先は裏表紙をご覧ください）



※介護保険サービスには、その他小規模多機能型居宅介護サービスや施設入所サービスなどがあります。

※介護保険サービス、総合事業について、詳しくは出雲市が発行するパンフレットをご覧ください。

2 出雲市の高齢者福祉制度など

日常生活用具の給付

【高齢者福祉課】 21-6967

疾病等により身体が虚弱な高齢者や認知症を有するなど、日常生活を営むのに支障がある65歳以上の高齢者（要援護高齢者）の人を対象に、日常生活用具を給付します。

＜給付する日常生活用具＞

電磁調理器又は自動消火器

＜対象者＞

一人暮らし高齢者世帯、高齢者のみ世帯又はこれに準ずる世帯に属する要援護高齢者であつて、次のいずれにも該当する人。

- (1)申請の日において出雲市内に住所を有する人
- (2)心身機能の低下に伴い防火の配慮が特に必要な在宅で生活している人
- (3)住民税非課税世帯に属する人

高齢者福祉タクシー利用券

【高齢者福祉課】 21-6967

公共交通機関の駅や停留所から遠くに居住している高齢者の生活範囲を広げ、生活の利便性の向上や社会参加を促進するため、タクシー利用券を交付します。

＜対象地域＞

出雲・平田・湖陵・大社地域

※外出支援事業を行っている佐田・多伎・斐川地域にお住まいの人を除きます。

＜対象者＞

70歳以上の高齢者のみの在宅の世帯で、次のすべてに該当する世帯。

- ・自家用車を所有していない
- ・住民税非課税
- ・自宅から最寄の駅、バス停留所まで500m以上の距離がある
- ・障がい者福祉タクシー利用券の交付を受けていない

＜交付枚数＞

1年間で500円券を24枚（12,000円分）

緊急通報装置設置費補助金

【高齢者福祉課】21-6967

急病や火災等の緊急時に備えるため、高齢者独居世帯等の人々が民間警備会社の緊急通報サービスを利用する際に必要となる加入・設置費用について助成します。

<対象者>

住民税非課税世帯に属する人で、次のいずれかの要件に該当する人。

- 高齢者（65歳以上）独居世帯
- 高齢者のみ世帯
- 重度身体障がい者のみ世帯
- 高齢者と障がい者のみ世帯

<助成額>

民間警備会社が提供する緊急通報装置及び火災通報装置の設置費用で22,000円を上限とします。

※月額利用料金等は、自己負担となります。

老老介護生活支援サービス

【高齢者福祉課】21-6967

介護する人もされる人も65歳以上という「老老介護世帯」を対象に、「生活支援サービス利用券」を支給します。利用券は、買い物の代行、掃除、通院時の付添いなどの生活支援サービス（介護保険給付適用外のサービスメニュー）を利用された場合に利用料の支払いに使えます。

<対象世帯>

次のすべてに該当する世帯。

- 65歳以上の高齢者のみ世帯（一人暮らしを含む）
- 要介護1以上の人がいる世帯（※施設に入所中や長期入院中の人などは対象外）
- 住民税非課税世帯

<支給枚数> ※1世帯あたり

上限 36,000円分(500円券×72枚)/年

3,000円分(500円券×6枚)/月

※各世帯の支給対象期間に応じて、支給枚数を決定して一括支給します。

<申請等>

利用券の支給を受けるには申請手続きが必要です。該当すると思われる世帯には、市役所から文書でお知らせします。また、該当するのではないかとと思われる人は高齢者福祉課へお問い合わせください。

高齢者配食サービス事業

【医療介護連携課】21-6106

65歳以上の高齢者等で、ひとり暮らしや高齢者世帯等であるために食事の確保が困難で、民間事業者の利用ができない人に、お弁当をお届けします。

<対象者>

食事の確保が困難（民間事業者の配達エリア外に居住する人または民間事業者では対応が難しい治療食が必要な人）で、下記に該当する人。

- （1）65歳以上の高齢者
- （2）40歳以上65歳未満で、老化に伴う病気（特定疾病）が原因で介護認定を受けている人

<利用料>

介護保険の所得段階及び食事内容に応じた利用料が必要です。

高齢者運転免許自主返納支援制度

【防災安全課】21-6548

自らの運転に不安を感じる高齢者に運転免許の自主的な返納を促し、交通事故のない安全・安心なまちづくりを推進するための制度です。（令和5年3月末終了予定）

<対象者>

次の全てを満たす人。

- ・出雲市内に住所を有する人
- ・全ての運転免許を自主返納された人
- ・70歳以上（返納時）の人
※自主返納の手続きは、出雲警察署、平田・大社広域交番、免許センターで行ってください。

<支援内容>

- ・回数券5,000円分（路線バス、一畑電車、タクシーなど）
- ・支援は1人につき1回限り

<申請方法>

- ・市役所窓口（防災安全課、各行政センター）又は郵送による申請
- ・申請期限は免許返納日から60日以内
- ・申請書及び添付書類（運転免許取消通知書の写しと、返納した運転免許証の写し（表裏両面）を提出

運転免許を返納した際に取得できる運転経歴証明書を「交通安全協力店」で提示していただくと、お得な割引やサービスなどの特典を受けることができます。

<運転経歴証明書とは>

運転免許証を自主返納された方、更新を受けずに運転免許証が失効された方（自主返納後・失効後5年以内）に交付される顔写真付身分証明書です。

<交通安全協力店と特典>

令和4年7月末現在、市内の49店が登録されています。特典内容は、店舗により異なりますので、詳しくは出雲市のホームページ等でご確認ください。

👉このステッカーが交通安全協力店の目印です👈



思いやり駐車場制度

身体障がい者等用駐車場の利用を必要とする人、障がいや高齢等のため歩行が困難な人へ県内共通の利用証を交付することで、駐車スペースを利用しやすくする県の制度です。

<対象者>

- ・身体、知的、精神障がいがあり歩行が困難な人
 - ・高齢者で歩行が困難な人
 - ・難病患者で歩行が困難な人
 - ・妊産婦や一般的な疾病（けがや病気など）等により歩行が困難な人
- ※障がいの程度や疾病の状態などそれぞれ条件がありますので、詳しくはお尋ねください。

<申請方法>

- ・申請書及び添付書類（手帳や介護保険証の写し等）を提出
- ・申請窓口：島根県庁障がい福祉課又は出雲市役所福祉推進課・各行政センター市民サービス課

③ インフォーマルサービス（介護保険以外のサービス）

介護保険などの公的なサービスや制度以外の情報について、出雲市社会福祉協議会が運営するインターネット検索サイト「**てごナビ**」の情報をもとに掲載しています。

情報は変わっていくこともありますので、詳しくは各事業者へ直接お問い合わせください。

情報更新：令和4年9月

- 宅配弁当
- 福祉タクシー（福祉輸送サービス）
- 食料・日用品の配達、移動販売
- 家事支援・生活支援

・・・暮らしのお助け情報「てごナビ」・・・

出雲市社会福祉協議会では、高齢者がいつまでも住み慣れた地域で生活が送れるよう、暮らしに役立つ様々なサービス情報を集めインターネットを活用して情報発信をしています。「配達弁当」や「家事支援」、「福祉タクシー」、「日用品等の配達、移動販売」のほかにも「訪問理美容」等の情報を掲載しています。

詳しくはHPをご覧ください

<http://tegonavi.com>

宅配弁当

①まごころ弁当 出雲店

出雲市塩冶有原町3丁目30

☎ 0853-25-8188

昼食	夕食	営業日	治療食対応等	配達区域
●	●	年中無休 (1/1~3休み)	低たんぱく食(透析食) ムース食(嚥下食)	出雲地域、大社地域

料金	■普通食/560円(おかずのみ510円)
	■低たんぱく食/874円(おかずのみ822円)
	■ムース食/702円(おかずのみ648円)
	■まごころ小町(少量)/410円(ご飯付のみ)
	税込

- ・初回2食分無料試食
できます
- ・安否確認も行います

②宅配クック1・2・3 出雲店

出雲市白枝町222-1

☎ 0853-28-3003

昼食	夕食	営業日	治療食対応等	配達区域
●	●	年中無休 (1/1は休み)	カロリー・塩分調整食、 タンパク・塩分調整食、 消化にやさしい食、 やわらか食、ムース食	佐田地域を除く 市内全域 (乙立・日御碕・鷺浦は 夕食のみなら応相談)

料金	■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)
	■治療食/820円(おかずのみ777円)
	税込

- ・安否確認も行います
- ・昼・夕食配達時、朝食
(パンと飲料セット)の
お届けも可能

③生協しまね 出雲支所

出雲市矢野町487-1

☎ 0120-336-021

昼食	夕食	営業日	治療食対応等	配達区域
○ (治療食)	●	月~金 (祝祭日休み)	介護食 たんぱく調整食 カロリー調整食 (冷蔵弁当)	出雲市全域

料金	■お弁当(17品目以上) 524円 (税別)
	■おかず(15品目以上) 458円 (税別)
	■おかず8品(22品目以上) 647円 (税別)
	■治療食: 42パターン 1日2食×5日(10食分) 5,400円~8,700円(税別)
	※詳しくはお問い合わせください。

- ・月~金曜日、週単位
での注文
- ・お試し利用できます
(月~金の5日間コース)
- ・治療食は週1回10食分
をまとめてお届けします

宅配弁当

④おたばこ桃山 祥魚亭

出雲市平田町515

☎ 0853-62-1553

昼食	夕食	営業日	治療食対応等	配達区域
●	●	年中無休	なし	平田地域 (北浜、塩津、小伊津、坂浦、地合方面は除く)

料金

- ケース (ご飯、汁、おかず3品) / 460円
- おかずのみ / 410円
- ※ご希望でケースをやめて、おかず、ご飯、汁、それぞれ別容器も可

税込

⑤エルパティオ三葉園

出雲市東郷町175-4

☎ 0853-62-0061

昼食	夕食	営業日	治療食対応等	配達区域
●	●	月～金曜日 (土日、祝、盆、正月休み)	治療食、おかゆ、アレルギー、刻み食などは要相談	平田地域 (※一部対応できない地域あり)

料金

- ごはん付弁当 (汁付き) 600円
- おかずのみ (汁付き) 550円

税込

・安否確認も行います

⑥社会福祉法人 金太郎の家

出雲市斐川町学頭1463-10

☎ 0853-72-5110

昼食	夕食	営業日	治療食対応等	配達区域
●	●	月曜日～土曜日 (祝日含む)	なし	斐川地域 (荘原地区)

料金

一食：500円
(遠所は交通費として50円プラス)

宅配弁当

⑦ワタミ株式会社 島根出雲営業所

出雲市斐川町神氷2819

☎ 080-3958-9847

冷蔵弁当 冷凍弁当	営業日	治療食対応等	配達区域
	土・日・祝日 休み	なし	出雲地域・平田地域・ 湖陵地域・大社地域・ 斐川地域（一部対応できな い地域あり）

料金	■ 平日弁当【冷蔵】 / 490円～640円（5種類）
	■ 休日弁当【冷凍】 / 470円、570円（2種類） ※5日間又は7日間コースでの注文。1日単位での注 文は出来ません。

・水曜日注文締切で、
翌週月曜日からお
届けできます

⑧ヨシケイ山陰 出雲営業所

出雲市斐川町直江4564-1

☎ 0853-73-8005

冷凍弁当	営業日	治療食対応等	配達区域
	月～金	塩分調整 カロリー控えめ	出雲地域・平田地域・ 湖陵地域・大社地域・ 斐川地域（一部対応できな い地域あり）

料金	■ ベジミール（2食セット / 1,280円）
	■ バラエティミール（2食セット / 1,200円） ■ シンプルミール（3食セット / 1,030円） ※おかずのみの冷凍弁当

⑨配食のふれ愛 出雲店

出雲市斐川町直江4840-1

☎ 0853-72-3619

昼食	夕食	営業日	治療食対応	配達区域
●	●	年中無休 (1/1～3は休 み)	カロリー調整食、低たんぱ く食、ムース食	出雲地域、斐川地域 (上津、稗原、朝山、 乙立の一部を除く)

料金	■ 普通食 / 550円（おかずのみ496円）	
	■ 普通食ふれあい小町 / 432円	
	■ カロリー調整食 / 822円（おかずのみ772円）	
	■ 低たんぱく食 / 854円（おかずのみ800円）	
	■ ムース食 / 702円（おかずのみ648円）	税込

・アレルギー、きざみ、
おかゆ等の対応可能
・初回無料試食あります

福祉タクシー（福祉輸送サービス）

①福祉タクシー チェリーサポート

出雲市大津新崎町5-47-1

☎ 0853-23-3919

営業日・時間
月～金曜日 8:30～17:15

料金	<ul style="list-style-type: none"> ■ 10km以内：(寝台車)4,740円+送迎料330円 (車いす)3,950円+送迎料330円 ※詳しくはお問合せください
----	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

対応区域
島根県内 (県外対応も可)

- ・寝台（ストレッチャー）及び車椅子対応可能です。
- ・救急救命士が同乗しサポートします。
- ・医療事務経験者が必要に応じて院内の受付もサポートします。
- ・観光などのお出かけもサポートします。

②介護タクシーおひさま

出雲市上塩冶町820-9

☎ 0853-31-4649

営業日・時間
月～土 8:00～17:00 (時間外は応相談)

料金	<ul style="list-style-type: none"> ■ 初乗り（1.5kmまで） 630円 ■ 1.5km以上はメーターによる。概ね一般のタクシー並みの運賃 ■ 迎車料金：2km以上200円
----	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

対応区域
出雲市全域

- ・利用は予約制です。
- ・車いす利用の人、歩行困難な人ならどなたでも利用可能です。付添2名まで同乗可能です。
- ・付き添い介助も可能です。

③福祉タクシー結

出雲市塩冶町412-10

☎ 080-9137-4037

営業日・時間
月～金 8:00～17:00 (時間外は要相談)

料金	<ul style="list-style-type: none"> ■ 迎車回送料金：2km以上の場合 220円 ■ 距離制運賃：最初の1.5kmまで 690円 以降280mごとに90円加算 ■ 時間制運賃：30分までごとに 3,360円
----	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

対応区域
出雲市全域

- ・普通車椅子とフルリクライニング車椅子の用意あります。

福祉タクシー（福祉輸送サービス）

④（有）ケアサービス出雲

出雲市塩冶町980-3

☎ 0853-21-0936

営業日・時間

月～土
(日、祝日休み)
8:30～17:30

料金

- 初乗り 600円
- 加算運賃(時間、距離併用) 325m/2分毎に90円
- 迎車料金：5km以上 200円加算
- 車椅子乗降介助 500円
- 乗降以外の介助が必要な場合は 1,800円/1時間

対応区域

出雲地域

※遠方の場合
(片道10km以上)
は相談の上決定

- ・普通自動車二種免許を所持したヘルパーが対応します。
- ・予め電話等で相談の上予約してください。急な依頼や時間帯によってはお断りする場合があります。

※介護保険指定あり

⑤福祉タクシーながた

出雲市知井宮町681

☎ 090-4574-0529

営業日・時間

月～金(祝日除く)
8:00～17:00
(時間外は応相談)

料金

- 初乗り(1.5kmまで) 620円
- 付添い介助 800円/30分、15分ごとに400円加算

対応区域

出雲市全域
※平田地域は除く

- ・移動支援と付添介助を一貫して行う事もできます。
- ・臨床検査技師の資格あり、医師の説明を家族、ケマネジャーへ伝えることができます。

⑥ケアタクシーそら

出雲市平田町7243-1

☎ 080-3606-4560

営業日・時間

月～土
8:00～20:00
(時間外は応相談)

料金

- 初乗り：中型車1.5kmまで/680円
- 迎車運賃：2kmを限度/250円
- 加算運賃：268mまで毎に90円
- 深夜早朝割増(22:00～翌5:00) 2割増

対応区域

出雲市全域

- ・ストレッチャー、リクライニング車椅子の貸出あります。
- ・障がい者割引/1割引
- ・介護福祉士実務者研修課程修了、普通自動車第二種免許所持のドライバーが、必要に応じて介助、付き添いのお手伝いをします。

福祉タクシー（福祉輸送サービス）

⑦NP O法人たすけあい平田

出雲市西代町1032-4

☎ 0853-62-0257

営業日・時間

年中無休
9:00~17:00
(時間外は要相談)

料金

- 初乗り（2kmまで）500円（3kmまで）700円
- 1kmごとに130円+加算料金を加算
※加算料金：30分まで500円、15分ごとに250円追加
- 土日及び時間外の利用は 1時間ごとに100円追加
- 車いす対応 500円/1回

対応区域

平田地域
斐川地域

- ・たすけあい平田利用会員への登録必要。（年会費2,000円）
- ・車椅子対応可能、車椅子ハイバック付きあり。

※介護保険指定あり

⑧こうじゃ介護福祉タクシー

出雲市西郷町474-1

☎ 0853-27-9126

営業日・時間

月~金
8:00~17:00
(土日は応相談)

料金

- 初乗り（1.5kmまで）：660円（普通車）
760円（大型車）
- 迎車運賃（2km以上）：220円（普通車）
330円（大型車）

対応区域

出雲市全域

- ・障がい者割引/1割引き
- ・初任者研修、介護福祉士、普通自動車第二種免許所持のドライバーが必要に応じて介助します。

⑨介護タクシーわだ

出雲市佐田町大呂1289-3

☎ 0853-84-1082

営業日・時間

月~土
(日・祝日休み)
8:00~17:00

料金

- 初乗り（1.5kmまで） 630円
- 加算料金 322mごとに90円加算
- 迎車料金 2km以上 200円
- 迎車回送料 5km毎に300円加算
- 時間制運賃 30分毎に3,000円
- 夜間（22時~5時）2割増
- 付添料 600円/30分

対応区域

出雲・佐田・多伎
・湖陵地域

- ・利用は完全予約制です。
- ・通院、買い物、理美容院、観光、日帰りレジャーなどに利用できます。

福祉タクシー（福祉輸送サービス）

⑩社会福祉法人 金太郎の家

出雲市斐川町学頭1463-10

☎ 0853-72-5110

営業日・時間

月～土
8:25～17:25

料金

- 初乗り（2kmまで） 400円
- 加算料金 1kmごとに200円加算
- 待機料金 150円/10分
- 迎車料金 100円/5km～10kmまで（以降200円加算）

対応区域

斐川地域

- ・移動が困難な方の通院、買い物等サポートします。

⑪生き生き介助福祉タクシー

出雲市斐川町荘原4134

☎ 0853-31-7336
090-4893-5326

営業日・時間

年中無休
（1/1、2日は除く）
7:00～18:00

料金

- 初乗り（1.5kmまで） 650円
- 迎車料金 2km以上220円
- 1.5km以上は300mごとに90円加算
- 運賃は概ね一般タクシーと同等

対応区域

出雲市全域

- ・55cmまでの段差はスロープを用意し対応します。
- ・目や耳の不自由な人へは音声や筆談で対応します。
- ・通院、買い物、レジャー、冠婚葬祭などに利用できます。

⑫介護・福祉タクシーいるか

出雲市上島町409

☎ 090-8061-9813

営業日・時間

月～土
8:00～17:00
（時間外は要相談）

料金

- 迎車料金 2km以上 200円
- 初乗り運賃 1.5kmまで 630円
- 障害者割引 1割引

対応区域

出雲市全域

- ・スロープタイプの福祉車両（軽）でお迎えに伺います（定員3名）

食料・日用品の配達、移動販売

①生協しまね 出雲支所

出雲市矢野町487-1

☎ 0120-336-021

対応日・時間

月～金
9:00～17:30

料金

(利用手数料)
 ・3人以上のグループ利用で無料
 ・1人で利用の場合は70歳以上の単身者
 夫婦のどちらかが70歳以上の世帯で
 154円/回

対応区域

出雲地域
 平田地域
 佐田地域
 多伎地域
 湖陵地域
 大社地域
 斐川地域

サービス
内容

(利用の流れ)
 ①生協へのご加入手続き後にカタログと注文書をお渡しします
 ②ご自宅でじっくり選んで注文書に記入
 ③注文書を取りに伺います
 ④商品のお届けは週に1回決められた時間・曜日にお届けします
 ※まずは一報いただければご案内に伺い丁寧に説明させていただきます。

②ゆめタウン出雲

出雲市大塚町650-1

☎ 0853-24-4555

対応日・時間

年中無休
9:00～21:30

料金

お荷物がいくつでも税別100円/回

対応区域

今市地区
 大津地区
 塩冶地区
 高松地区
 四絡地区
 高浜地区
 川跡地区
 長浜地区
 大社地域
 (一部配送できない
 地域がございます)

サービス
内容

ゆめタウン出雲（食品館）でお買い上げいただいた商品を配達します。
 (お届け時間は受付後3時間以内)

③イオンスタイル出雲

出雲市渡橋町1066

☎ 0853-24-8200

対応日・時間
年中無休 10:00~18:00

料金
お荷物がいくつでも税別100円/回

対応区域
今市地区 大津地区 塩冶地区 古志地区 高松地区 四絡地区 高浜地区 川跡地区 大社地域 (一部配送できない地域がございます)

サービス内容

イオンスタイル出雲、キッズリパブリック出雲店でお買い上げいただいた商品を1階サービスカウンターで受付後約3時間以内にご自宅まで配送いたします。
(※時間指定はできません。)
交通事情等により、配達時間が3時間を超えることがあります。また、一部運べない商品もあります。詳しくは、係員にお問い合わせください。

④マックスバリュ川跡店移動販売車

出雲市稲岡町37

☎ 0853-24-7115

対応日・時間
10:00より (※金・日は運休)

料金
マックスバリュ川跡店と同じ価格にてご提供します

対応区域
出雲地域 平田地域 佐田地域 多伎地域 湖陵地域 大社地域 斐川地域

サービス内容

実際に目で見て選んでお買い物できる移動スーパーです。店舗で当日作ったお惣菜、お弁当、焼きたてパンやお刺身などをご提供いたします。食品、日用品など約400品目を品揃えして販売します。(※営業時間は販売場所によって異なります。販売ルート、時間、商品に関しまして、ご希望に添えない場合がございます。)

⑤移動スーパー とくし丸

出雲市平田町2390

☎ 0853-62-2367

対応日・時間

月～土
9:30より
(時間は販売場所
によって異なります)

料金

■商品1点につき通常販売本体価格に
プラス20円(税込み22円)

対応区域

出雲地域
(稗原地区は除く)
多伎地域
湖陵地域
大社地域
斐川地域
平田地域

サービス 内容

○食料・日用品の配達・移動販売
○毎週1～2回、決まった曜日・時間に自宅に訪問します
○新鮮な刺身・寿司・お肉・惣菜・野菜・果物・パン・菓子・日用品など店頭
並んでいる商品が購入できます(希望商品がない場合は注文も可能)

⑥^{みらくや}実楽八

出雲市佐田町一窪田1236-4

☎ 090-1189-0348

対応日・時間

月～金
(祝祭日を除く)
9:00～17:00

料金

お買い上げ商品の合計金額

対応区域

佐田地域
多伎地域
湖陵地域
(神西などの周辺地域も可)

サービス 内容

○毎週2回程度、販売車にてご自宅へご訪問いたします
○その場で商品を選んでお買い物をしていただけます
○曜日、回数、時間帯等をお伝え下さい(※ご希望に添えない場合があります。)
○その時になかった商品については、次回お届けいたします

家事支援・生活支援

【有償ボラ】＝有償ボランティアとは

掃除や買い物などちょっとした困りごとを抱えた人(利用者)に、地域住民である協力者が有償で援助する互助活動です。利用する人が遠慮するのを避けるため、また、継続的に活動できるように有償のかたちをとっています。

① **有償ボラ** **出雲市社会福祉協議会 たすけあいボランティア**

出雲市今市町543 出雲市社会福祉センター内 ☎ 0853-23-3781

対応日・時間	料金	対応区域
月～金 8:30～17:00 年末年始は休み	■1時間 700円 ■年会費 1,000円	出雲市全域
サービス内容	住居の掃除や片付け、生活用品の買い物、炊事の手伝い、衣類の洗濯、留守番、話し相手・見守り、公共機関等への連絡、草取り・簡単な庭木の手入れ、こたつなど器具の入替え、墓参りの付添いや掃除、託児、通院など外出支援の手伝い	

② **株式会社メディカルケア出雲**

出雲市今市町614 ☎ 0853-21-0240

対応日・時間	料金	対応区域
月～金 9:00～18:00 (時間外は要相談)	■1時間1,000円 ■1時間以上10円ごとの加算 ※付添開始時点からの計算になります。	出雲市全域
サービス内容	お一人での外出にお困りの方への外出支援サービスです。 通院や買い物などの外出にお困りの方に介助・付き添います。 ※送迎が必要な場合は1km20円いただきます。	

③はっぴーサービス

出雲市今市町743-2

☎ 0853-21-6790
090-8248-0516

対応日・時間
月～土 9:00～18:00

料金
■ 1時間 2,000円～ ※内容により見積りします

対応区域
出雲市全域

サービス内容	掃除代行、買い物介助、買い物代行、通院介助、薬の受取代行 ※その他ご相談ください。
---------------	----------------------------------------------

④ウォッシュ・ワン（内藤ランドリー）

出雲市今市町120-2

☎ 0853-21-1255

対応日・時間
月～土 8:30～18:30

料金
■ 指定のカゴ1つにつき：980円

対応区域
出雲地域

サービス内容	洗濯の代行（洗濯・乾燥・たたみ仕上げ対応） 持ち込みのみ対応 ※指定のカゴ：W45×D30×H25cm
---------------	-----------------------------------------------------------

⑤ 有償ボラ 出雲医療生協 有償ボランティア「虹」

今市町新町827-21

☎ 0853-31-9781
080-5626-3419

対応日・時間
月～金 9:00～17:00

料金
■ 600円（支援者1人1時間） 以降30分ごとに300円加算
■ 交通費：20円/1km

対応区域
出雲市全域

サービス内容	○家事の手伝い：掃除、窓ふき・網戸掃除、洗濯、買物代行、衣類の整理、障子の張替、家具の移動 ○見守り・付添い：見守り、話し相手、受診・買い物の付添 ○お家周辺・庭の手入れ：草取り、木の枝切り、花の管理、粗大ゴミの処理 ○住まいの簡単な補修：戸の立てつけや簡単な大工仕事
---------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

⑥出雲市シルバー人材センター

出雲市今市町北本町2丁目1-6

☎ 0853-24-1787

対応日・時間

月～金
(祝日除く)
8:30～17:15

料金

■料金は要相談

対応区域

出雲地域、平田地域
大社地域、斐川地域

サービス内容

○調理、片付け、買い物、洗濯、掃除
○障子・襖の張替え、除草、庭木の剪定、簡単な家屋修繕等
○通院・買い物の付き添い等

⑦愛サポート出雲

出雲市今市町南本町28-1

☎ 0853-23-7371
090-1838-5601

対応日・時間

年中無休
8:00～19:00

料金

■1,350円/時間
(2時間からお受けします)

対応区域

出雲市全域

サービス内容

○家事支援：掃除、買い物の代行、調理補助他
○生活支援：外出の付き添い、入退院/通院等の付き添い、日常生活で起きる心身の困り事

⑧おんぼらねっと

出雲市駅北町10-3 アトネスいずも
東館(有)ナック建築事務所内

☎ 090-9735-2011

対応日・時間

10:00～18:00
柔軟に対応します

料金

■1時間 1,000円～
■8時間を超える場合 10,000円～
詳しくはお問合せください

対応区域

出雲地域

サービス内容

○買い物や病院などの同行
○家の片付けや草取りなど
※お気軽にご相談ください。

⑨株式会社よろずやサービス

出雲市大津新崎町7丁目47

☎ 0853-27-9170

対応日・時間	料金	対応区域
年中無休 24時間対応	■都度見積もり計算 (見積もり無料)	出雲市全域

サービス
内容

生活支援：掃除、話し相手、外出の付き添い、調理・調理補助、買物の代行

⑩介護タクシーおひさま

出雲市上塩冶町820-9

☎ 0853-31-4649

対応日・時間	料金	対応区域
月～土 8:00～17:00 (時間外は応相談)	■30分ごとに 500円 ■目的地までの交通費又はタクシー運賃については要相談	出雲市全域

サービス
内容

病院内、買い物等外出の付添い介助、買い物代行、薬取り代行等各種代行サービス。
※車いすの方も対応可能です。

⑪(有)ケアサービス出雲

出雲市塩冶町980-3

☎ 0853-21-0936

対応日・時間	料金	対応区域
月～土 9:00～18:00 (日祝は原則休み)	■紹介するケアワーカーの賃金及び交通費（詳細はお問合せください） ■賃金の20%は紹介手数料	出雲市全域 ※県外への同行等、条件にあうケアワーカーがいれば対応可能

サービス
内容

有料職業紹介事業による、ケアワーカー（家政婦）の斡旋
・在宅での家事全般、病院付添、受診介助、軽介護、見守り、話し相手等。
※求人者の要望に見合う求職者を探して紹介します。

⑫就労継続支援B型事業所 あすてっぴ

出雲市天神町2

☎ 0853-31-9017

対応日・時間	料金	対応区域
月～金 8:30～17:30	応相談 見積もり無料	出雲市全域

サービス内容	○除草作業（庭、農地、土地） ○剪定 ○空き家管理
--------	---------------------------------

⑬ 有償
ポラ おたがいさまいずも

出雲市矢野町487-1

☎ 0853-23-0288

対応日・時間	料金	対応区域
対応日時は応相談 ※問合せ時間は 平日10時～16時	<ul style="list-style-type: none"> ■月～金の9時～17時：1時間1,000円 ■上記以外（祝日を含む） ：1時間1,100円 ■交通費：20円/km 	出雲市全域

サービス内容	食事作り、掃除、片付け、草取り草刈、通院付添い、薬取り、買い物代行、話し相手、見守り、ゴミの分別、洗濯、電球蛍光灯の取替、外出の付添い、簡単な家内外の修繕、その他（子育て支援、託児など）
--------	-----------------------------------------------------------------------------------------------

⑭なつめ薬局

出雲市中野美保南1丁目4番地1

☎ 0853-31-4311

対応日・時間	料金	対応区域
月～金 9:00～13:00 15:00～18:00 土 9:00～12:30 14:30～16:30 <small>（水曜日の午後・祝日は休み）</small>	<ul style="list-style-type: none"> ■1回のご利用：1時間1,500円 ■定期訪問（週1回、計月4回） ：1か月5,500円 ■事情により薬局でお薬をお受けできない方に無料でお薬の配達を行っております。（要事前相談） 	出雲地域 大社地域 斐川地域

サービス内容	○簡単な家事：洗濯、掃除、料理、買い出しなど ○高齢者の見守り：介護認定を受けていない方もご利用可能 ○子育てサポート：家事援助、仕事との両立のサポート ※その他、詳しくはご相談ください。
--------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------

⑮ **有償ボラ** 鳶巣お助けマン互助会

出雲市東林木町993-3

☎ 0853-24-1517
090-7124-4802

対応日・時間	料金	対応区域
年中無休 8:30~17:00	■ 1時間800円~1,200円 ※作業内容により異なる ■ 年会費 1,000円	鳶巣地区

サービス内容	○庭木の手入れ、剪定など：1,200円／1時間 ○草刈り、生垣の刈込み：800円／1時間、別に草刈機など機械代500円／2時間 ○簡単な家屋などの修理：1,200円／1時間、別に道具使用500円／2時間 ○家具の移動、物置・納戸・押入れの整理、片付けなど：800円／1時間
---------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

⑯ 介護・福祉タクシーいるか

出雲市上島町409

☎ 090-8061-9813

対応日・時間	料金	対応区域
月~土 8:00~17:00 (時間外は要相談)	■ 各サービス：500円/30分毎	出雲市全域

サービス内容	○付き添いサービス：入院、退院、転院、通院、定期受診、各種予防接種、薬の受け取り買い物、お食事、理美容院（散髪）、行楽、映画鑑賞、散歩、冠婚葬祭、ご法要、お墓参り ○代行サービス：買い物、その他のお困りごと
---------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------

⑰ **有償ボラ** かみつお助けマン互助会

出雲市上島町1219

☎ 0853-48-0514

対応日・時間	料金	対応区域
年中無休 9:00~18:00	■ 1時間 1,000円 追加料金 30分毎 500円 ■ 自家用車を使用しての移動時間内は無料 ■ 年会費 2,000円	上津地区

サービス内容	外出の援助、屋外作業（庭木の手入れ、草刈り、草取り、墓掃除）、屋内作業（障子の張替、物置整理、家具の移動）、話し相手、家事の手伝い
---------------	-------------------------------------------------------------------

⑱ **有償
ボラ** ひえばらお助けマン互助会

出雲市稗原町2522

☎ 0853-48-2039
080-6339-1413

対応日・時間	料金	対応区域
年中無休 24時間	■通院・買物：1時間1,300円 ※ガソリン代無料 ■屋外作業：1時間800円 ※いずれも追加30分毎400円 ■年会費 2,000円	稗原地区

サービス内容 買い物、通院、除草、庭木の手入れ、屋内掃除、家庭菜園の手伝いなど

⑲ サンエヌサービス

出雲市芦渡町561

☎ 090-9730-1228

対応日・時間	料金	対応区域
年中無休 8:00~18:00	■庭の草刈り、庭木の枝切り、処分 15,000円~	出雲市全域

サービス内容 おうち全体のクリーニングから換気扇だけなど、ピンポイントの清掃
庭の草刈り、枝切り、処分、換気扇掃除、エアコン内部クリーニング

⑳ LCC株式会社

出雲市知井宮町137-2

☎ 0853-27-9320

対応日・時間	料金	対応区域
月~土 8:30~17:30	見積もり無料 詳しくはお問い合わせください	出雲地域 平田地域 佐田地域 多伎地域 湖陵地域 大社地域 斐川地域

サービス内容 ○粗大ごみ、引越しごみ、片付けごみ、廃家電の処分
○遺品整理、生前整理、福祉整理
○草刈り、お家の片付け
○家屋・小屋の解体工事、空き家の管理
※お家のお困りごとや生活に関するお悩みを何でもご相談ください。

②① **有償ボラ** 福祉互助組織 神門地区手互の会

出雲市知井宮町739-1

☎ 080-8236-1095

対応日・時間
月～日 祝日、年末年始を除く 8:00～17:00

料金
■一律1時間あたり500円(チケット制) 年会費：2,000円

対応区域
神門地区 (原則自治協会加入世帯)

サービス内容
○家事援助(掃除、洗濯、季節物の入れ替え) ○屋内援助(電球交換、趣味の手伝い、外部からの書類説明) ○屋外援助(庭の草取り、家周りの片付け) ○買い物、病院への付き添い、話し相手

②② ケアシステムパル

出雲市知井宮町954-13

☎ 080-6340-3175

対応日・時間
月～金 8:00～18:00 ※要相談

料金
■生活支援：1時間 2,000円 (延長料金：30分毎 500円) ■身体・外出支援：1時間 2,500円 (延長料金：30分毎 750円) ■交通費：35円/1km

対応区域
出雲市全域 (※斐川地域を除く)

サービス内容
○生活支援：家事全般 ○身体支援：排泄、入浴介助、薬の管理、機能訓練 ○外出支援：病院、金融機関、買い物、外食

②③ しょうぎょ企業組合

出雲市平田町576-20

☎ 0853-63-5710

対応日・時間
月～金 9:00～17:00

料金
見積もり無料 詳しくはお問い合わせください

対応区域
平田地域 斐川地域 (出雲地域は応相談)

サービス内容
○屋内作業：片付け、掃除、障子の張替え、照明器具取付等 ○屋外作業：草刈り、庭木の剪定、簡単な家屋修繕等 ○家事支援：買い物代行、薬の受取、話し相手

②4

有償
ボラ

NPO法人たすけあい平田

出雲市西代町1032-4

☎ 0853-62-0257

対応日・時間

年中無休
9:00~17:00
(時間外は要相談)

料金

- 1,000円/1時間、以降500円/30分毎追加
- 土・日・祝祭日・夜間は1時間100円アップ、30分までは50円アップ
- 交通費 20円/1km
- 年会費 2,000円

対応区域

平田地域
斐川地域

サービス内容

○家事援助：掃除、洗濯、調理、買い物、お使い、季節の衣類の入れ替え、話し相手、散歩など
○身体介護等：食事・入浴・排泄介助、入院患者のお世話、外出介助、お墓参り、草取り、草刈り、ガラス拭き、簡単な大工仕事、家具の移動、電球の交換、ペットの世話など

②5株式会社 糶屋

出雲市平田町7429

☎ 0853-31-4829

対応日・時間

月~金
9:00~18:00

料金

- 1時間 1,500円~
- サービス内容によって料金が異なります

対応区域

出雲地域
平田地域
斐川地域
※事業所より
15分以内の地域

サービス内容

掃除、洗濯、調理、相談相手、各種付添い、各種代行
害虫駆除、草刈り、除草剤散布、タイヤ交換、家具の移動、ゴミ出し、介護相談等
※その他お気軽にご相談ください

②6 **有償ボラ** 特定非営利活動法人 なないろネット

出雲市河下町1538-1

☎ 0853-66-0021

対応日・時間
月～土 8:30～17:30 上記以外は応相談

料金
■ 1回 1,200円 ■ 年会費 2,000円

対応区域
鰯淵地区 北浜地区

サービス内容
○外出援助：病院受診、買い物、理髪等 ○屋外作業：草取り、草刈り、墓掃除等 ○屋内作業：家具の移動、物置・押入れの整理等 ○家事手伝い：掃除、洗濯、炊事、ゴミの搬出、おつかい（役所）等 ○話し相手

②7 **有償ボラ** 特定非営利活動法人 ボランティアネットたき

出雲市多伎町小田86-3

☎ 0853-86-3782

対応日・時間
月～金 9:00～17:00

料金
1時間 800円～1,000円

対応地域
多伎地域

サービス内容
○屋内外の掃除、話し相手、外出の付き添い、草取り、買物の代行等 ○簡単な家屋修繕 ○安否確認

②⑧ 有償ボラ 特定非営利活動法人 河南はつらつセンター

出雲市湖陵町三部615-5

☎ 0853-31-4056

対応日・時間
月～金 9:00～17:00

料金
■家事援助、病院付添：1時間 950円
■墓掃除：1時間 1,200円
■除草作業：1時間 950～1,300円
■障子・襖張替え：1枚 1,000～2,800円
■交通費：20円/1km
■工具・機械使用した場合： 1時間 360～1,200円

対応区域
出雲市全域

サービス内容	家事援助、屋内・屋外掃除、墓掃除、病院付添、障子・襖張替、除草作業、その他
---------------	---------------------------------------

②⑨ 有償ボラ 社会福祉法人 金太郎の家

出雲市斐川町学頭1463-10

☎ 0853-72-5110

対応日・時間
月～土 8:25～17:25 (土曜については要相談)

料金
■ 1時間 1,400円

対応区域
斐川地域

サービス内容	通院付添、家事、見守り、空き家のそうじ、片付け
---------------	-------------------------

③⑩ 有償ボラ グリーンコープ生活協同組合 げんき隊

出雲市斐川町荘原2230-1

☎ 0853-73-8010

対応日・時間
月～金 10:00～16:00

料金
■ 1時間 900円

対応区域
出雲市全域

サービス内容	家事支援・生活支援：掃除、洗濯、食事作り、買い物、話し相手など ※詳しくはホームページや直接お問い合わせください。
---------------	--------------------------------------------------------------

③1 生き生き介助福祉タクシー

出雲市斐川町荘原4134

☎ 0853-31-7336
090-4893-5326

対応日・時間
年中無休 (1/1、2日は除く) 8:00~18:00

料金
■20分ごとに500円 ■交通費 25円/1km

対応区域
出雲地域 平田地域 斐川地域

サービス
内容

電球の交換等の雑用、草取り・木の剪定・簡単な庭・お墓等の管理、倉庫・車庫などの整理、買物・通院の付添等

③2

有償
ボラ

ひかわ医療生活協同組合 有償たすけあい「つくし」

出雲市斐川町直江4883-1

☎ 080-1647-5646

対応日・時間
月~金 9:00~17:00

料金
■30分 400円（支援者1人につき） ■事前にチケット（400円券×5枚綴り） を購入し、チケットで精算

対応区域
斐川地域

サービス
内容

掃除、窓ふき、買物代行、庭の草取り、話し相手

③3 有限会社徳建

雲南市木次町東日登508-8

☎ 0854-42-0346

対応日・時間
第2・4土日以外 8:00~17:00

料金
■都度見積もり計算 (見積もり計算無料)

対応区域
出雲市全域

サービス
内容

○不用品や粗大ごみの回収処分
○家屋や小屋の解体工事
○空家の管理（草刈り、草取り、掃除など）
○家の掃除

③④ ドコモショップ出雲店

出雲市今市町96-1

☎ 0853-25-0608

対応日・時間
10:00~19:00 (第3木曜日を除く)

料金
<ul style="list-style-type: none"> ■月額：4,400円(税込) ■初期費用設置/調整費：33,000円(税込) ※ご自宅にwi-fi環境がない方は別途ご相談 ください

対応区域
出雲地域 平田地域 佐田地域 多伎地域 湖陵地域 大社地域 斐川地域

サービス 内容	<サンパナ見守りサービス> ○独自のセンサー技術で、人感センサーや温湿度センサーを介し、毎日の生活を見守ります ○毎日お届けする定期メールに加え、注意喚起事象発生時にはアラートメールを送信します ○受信する報告内容は、お客様自身でカスタマイズすることが可能です ○異常検知レベルのカスタマイズも可能で、あらゆる世帯へ対応できます ○熱中症対策など、家電製品の遠隔操作が可能です ○機器は設定済みのものを送付しますので煩わしい設定もありません
------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

4 出雲市社会福祉協議会の事業

問合せ先：出雲市社会福祉協議会本所又は各支所（連絡先は裏表紙をご覧ください）

車いす貸出事業

高齢者や障がい者、ケガなどで車いすが必要な人に無料で車いすの貸出を行います。貸出期間は3カ月以内で、申請手続きが必要です。

認知症高齢者等SOSメール安心ネットワーク事業

認知症などにより行方不明になった人の早期発見を目的として、出雲市社会福祉協議会、出雲警察署、地域の協力者が連携して取り組む事業です。

○事前登録制度

行方不明になることが心配される人の名前、特徴、写真などの情報をあらかじめ登録しておくことで、早期発見に役立てます。事前登録の情報は「出雲市社会福祉協議会」と「出雲警察署」でのみ共有します。

○メール配信制度

行方不明の届出があると、あらかじめ登録されている協力者へ行方不明者の情報をメールで配信します。出雲市公式ラインにも情報を投稿し、より多くの目で探すことによって早期発見に役立てます。

日常生活自立支援事業

認知症などにより判断能力が十分でない人が、地域で安心して自立した生活が送れるよう、本人と出雲市社会福祉協議会との契約により支援する事業です。

○サービスの内容

- ・福祉サービス利用援助
- ・日常的金銭管理サービス
- ・書類等の預かりサービス

○サービス利用料

- ・1時間あたり 1,200円 ※支援員の交通費別途
- ・書類等の預かり料 月200円程度

出雲市ふれあいサロン

高齢者の「生きがいづくり、健康づくり、閉じこもり予防」を目的とした事業です。各地域の身近な場所で茶話会、レクリエーション、体操等の内容を気軽に、楽しく、無理なく住民主体で行う活動です。各地域によって実施状況が異なりますので、詳しくはお問い合わせください。

出雲市生活支援サービス等情報提供サイト「てごナビ」

高齢者の皆様がいつまでも住み慣れた地域で生活が続けていけるように暮らしのお助け情報を集め、インターネット等活用して情報発信するものです。詳しくはHPをご覧ください。

<http://tegonavi.com>

5 出雲市内の高齢者施設一覧

介護保険対象施設

介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）

常時介護が必要で、自宅での介護が困難な方が入所する施設です。食事や排泄などの日常生活の介護を受けられます。原則要介護3以上の方が対象となりますが、要介護1以上であれば特例的に入所が認められる場合もあります。

天神	22-8659	天神町163-9	出雲
ひまわり園	43-2633	神西沖町2479-6	
清流園	22-8706	大津町3529	
もくもく苑	21-6969	矢野町845	
薫風園	31-9155	大津町3620-1	
サン・スマイル	43-3600	神西沖町215-1	
るんびにい苑	69-1211	園町2606-1	平田
万田の郷	63-2650	万田町692-2	
やまゆり苑	85-8000	佐田町一窪田1961-5	佐田
潮風苑	86-2030	多伎町小田50-3	多伎
湖水苑	43-8955	湖陵町差海318-1	湖陵
いなさ園	53-5727	大社町杵築西1643-2	大社
みせんの里	53-2007	大社町遥堪65-2	
なのはな園	72-1101	斐川町上直江1829-1	斐川
かんべの里	72-3097	斐川町名島93-2	

地域密着型介護老人福祉施設（小規模特別養護老人ホーム）

定員30人未満の特別養護老人ホームです。家庭的な雰囲気の中、食事や排泄などの日常生活の介護を受けられます。原則要介護3以上が対象となりますが、要介護1以上であれば特例的に入所が認められる場合もあります。

※《地域密着型サービス》の為出雲市の方のみ利用できます。

清流園	22-8706	大津町3529	出雲
かんだの里	20-1150	神門町14-1	
サテライトおやま	23-6149	小山町456-1	

介護老人保健施設（老人保健施設）

病状が安定し、在宅復帰を目指す方が入所する施設です。医学的な管理のもと、リハビリに重点を置いたケアを行います。要介護1以上の方が対象となります。

ナーシングセンターひまわり	21-7954	古志町2236-1	出雲
寿生苑	25-0088	上塩冶町2862-1	
ケアセンターかんど	24-8041	西新町2丁目2457-3	
もくもく	24-6001	江田町278	
まんだ	63-5610	万田町535-1	平田
たき	86-2977	多伎町小田50-7	多伎
ほのぼの苑	53-6700	大社町中荒木1745-2	大社
出雲徳洲苑	73-7577	斐川町直江3964-1	斐川

認知症対応型共同生活介護（グループホーム）

認知症のある高齢者が少人数で共同生活を行います。家庭的な雰囲気の中、穏やかな生活環境を提供します。要介護1以上の方が対象となります（一部要支援2でも可）
※《地域密着型サービス》の為出雲市の方のみ利用できます。

寿生の家	30-1110	上塩冶町2854-3	出雲
ことぶき園	31-9900	塩冶有原町1-50	
寿生の丘	30-6212	大津町3622-15	
ハートフルおやま	30-7553	小山町456-1	
ひだまり	43-3755	神西沖町2452-1	
たくひの里	20-1770	大津町3645	
出雲ケアセンターそよ風	20-0950	今市町876-9	
稗原	48-9045	稗原町1724	
かんの里	31-4552	神門町13-5	
なかだ浜山の里	23-8588	浜町500-1	
すいせん渡橋	23-8810	渡橋町304-1	
笑庵ことぶき	25-7701	古志町344	
北陽	25-8000	武志町755-2	
暖らん	25-8581	塩冶町南1-1-37	
水の元	25-8330	東園町529-1	
くらすところ御はつ	24-0082	下古志町751-6	

認知症対応型共同生活介護（グループホーム）

あかねの里	62-3133	平田町7169	平田
四季彩	62-1431	灘分町204-2	
ハートキュアひらた	62-5166	国富町832-2	
宇賀の社 楽舎	63-7373	奥宇賀町23-1	
やまもも	67-9180	美野町504	
宇賀の里 楽舎	31-9885	奥宇賀町23-10	
さらさの家	63-7707	東福町190-2	
しあわせの里	31-4824	上岡田町1031-1	
風の丘	66-0233	小津町23-1	
せせらぎの家	85-8500	佐田町一窪田118	佐田
はなんばの里	86-7700	多伎町口田儀750	多伎
湖水苑	43-0032	湖陵町差海318-1	湖陵
もくれん	43-8522	湖陵町三部964-1	
大社	53-2545	大社町中荒木2617-85	大社
暖談	53-5303	大社町遙堪666	
サンキウエルビィGH出雲	53-8115	大社町北荒木1313	
きづきの家	53-2322	大社町杵築西2629	
縁	25-8720	大社町遙堪666	
さくらんぼ	73-7410	斐川町今在家403-1	斐川
萌	73-7170	斐川町学頭1322-1	
出東うら	25-8020	斐川町三分市1072-1	
柳緑の里	31-9530	斐川町学頭1815-6	
けあビジョンホーム出雲	73-7111	斐川町荘原2320-1	

その他の施設

介護 は介護保険の指定を受け（特定施設入居者生活介護）介護サービスが提供される施設です。それ以外の施設でも、必要に応じて外部の在宅サービスを利用することができます。

養護老人ホーム

家庭の状況、経済的な理由などにより自宅での生活が困難な方（65才以上）が入所する施設です。ある程度身の回りのことが自立して出来る方が対象となります。
※出雲市による「措置」によって入所が決まります。

長浜和光園	介護	28-0033	西園町4015	出雲
かなび園	介護	72-0009	斐川町上直江1829-1	斐川

ケアハウス

さまざまな理由により自宅での生活が困難な方（60才以上）が入居できる、高齢者住宅です。食事は施設で提供されますが、ある程度身の回りのことが自立して出来る方が対象となります。

あすなろ	介護	22-4801	白枝町396-2	出雲
寿生の郷		30-6211	大津町3622-1	
ふるさと苑	介護	53-6705	大社町中荒木1745-2	大社

サービス付き高齢者向け住宅

介護・医療と連携し、高齢者の安心を支えるサービスを提供するバリアフリー構造の住宅です。専門家による安否確認や生活相談サービスを提供します。

陽だまり荘		25-8233	塩冶町520-1	出雲
陽だまり荘Ⅱ号館		25-7919	塩冶町1166	
ふりーばらす東園		25-8073	東園町725-3	
シニアコート渡橋町		25-8039	渡橋町346	
薫風の丘		25-9111	大津町3627-22	
シニアステージ大津新崎		31-8112	大津新崎町3丁目18	
シニアコート今市町		25-7911	今市町330-5	
シニアコート塩冶有原町		27-9156	塩冶有原町5丁目61	
シニアコート平田町	介護	31-4622	平田町7430	平田
ヴィラ湖水苑	介護	43-3950	湖陵町差海318-1	湖陵
あっとホームひかわ		72-9930	斐川町美南1507-1	斐川

有料老人ホーム

住居や食事の提供の他に必要な方には介護サービスを提供する高齢者向け施設です。入居条件は施設によって異なります。

介護付	出雲鳳光苑 介護	20-1411	塩冶町879	出雲
	いこいの郷 介護	21-6363	西林木町33-1	
	ゆうらいふ長浜 介護	28-0345	荒茅町3501	
	ハーモニーハウス出雲 介護	20-0099	塩冶町1174-3	
	ホーム・スイートホームきらり新館	43-7005	湖陵町二部1192-1	湖陵
	鳳光苑 介護	73-7368	斐川町上庄原1634-5	斐川
山ぼうし	23-8400	西新町1丁目2548-11	出雲	
出雲すずかけの樹	28-3666	荒茅町2780-28		
グッドライフ	27-9991	塩冶善行町14-3		
ライラック	24-7570	中野町757-3		
あんのんの里川跡	31-4600	荻杼町666-1		
ケアセンター出雲家族の家新館	23-8830	渡橋町305-1		
ナカヤ寿楽	31-9988	荒茅町3106		
サンライズ北山	25-8618	東林木町373		
ひまり	48-9056	馬木町224-1		
一休庵	25-8019	灘分町1064-8	平田	
みずほホーム	31-4815	灘分町239-2		
だんだんみずほ	25-8477	岡田町136-4		
ホーム・スイートホームきらり本館	43-7005	湖陵町二部1192-1	湖陵	
直江ホーム	72-4165	斐川町直江1231-1	斐川	
あっとホームさくらん	72-7760	斐川町美南1505-1		
COCO荘原	31-4118	斐川町荘原3169-28		

その他

小地域相互ケアホーム ことぶきの里	23-1071	古志町345-1	出雲
在宅介護支援住宅 キビタキの家	24-2000	塩冶有原町1-33-1	

認知症に関する相談

☕認知症カフェ☕

認知症の人や家族を中心とした、誰でも気軽に参加できる集いの場です。
お茶を飲みながら交流したり、介護経験者や専門職に相談できます。

名称	開催日時	開催場所・参加費	問合せ先
① オレンジカフェ いずも	毎月第2・4金曜日 13:30~15:30	ラピタ本店 2階「縁」 100円	認知症の人と家族の会 島根県支部出雲地区会 ☎ 25-0717
② ひかりカフェ	毎月第4金曜日 10:00~12:00	NPO法人 なないろネット 100円	NPO法人なないろネット ☎ 66-0021
③ おひさまカフェ	保育園行事に 合わせて開催	在宅支援センター (出雲市民病院前) 無料	出雲医療生活協同組合 在宅支援センター ☎ 24-9551
④ ほっこりカフェ	奇数月開催 (1、3、5、7、9、11月) 14:00~15:00	順次移動 100円	ひかわ医療生活協同組合 シャンシャンクラブ有志 ☎ 72-4577
⑤ 久木 ほっこりカフェ	毎月第3木曜日 14:00~15:00	久木コミュニティ センター 100円	久木地区有志・ひかわ 医療生活協同組合 ☎ 72-6718
⑥ 認知症カフェ in県大 みかんの木	毎月第4水曜日 13:30~15:00	県立大学内 無料	島根県立大学 出雲キャンパス担当者 ☎ 20-0261
⑦ だんだんC a f e	学校行事等に 合わせて開催	出雲医療看護 専門学校 無料	出雲医療看護専門学校 ☎ 25-7034
⑧ すまいるカフェ しあん	毎月第4土曜日 10:00~11:30	ライフサポートモール 蒔庵(しあん) 100円	ライフサポートモール 蒔庵 ☎ 25-8920

その他の相談機関

相談内容	連絡先	備考
認知症に関する相談	しまね認知症コールセンター ☎ 22-4105	<月~金> 10:00~16:00 (電話相談)
若年性認知症相談窓口	しまね若年性認知症 相談支援センター ☎ 25-7033	<月~金> 10:00~16:00
消費生活とくらしに 関する相談	出雲市 生活・消費相談センター ☎ 21-6682	<月~金> 8:30~17:15
司法書士無料相談 (予約制)		相談日については 連絡先までお問い合わせください
心の健康相談 お酒の困りごと相談	出雲保健所 心の健康支援課 ☎ 21-1653	<月~金> 8:30~17:15
難病に関する相談	しまね難病相談支援センター ☎ 24-8510	<月~金> 8:30~16:30 (電話・来所相談) <第1土> 9:00~11:30 (電話相談のみ)

心配ごと、困りごとは
出雲市社会福祉協議会へご相談ください



出雲市社会福祉協議会

- | | | | |
|--------------|---------|-------|---------|
| ■本 所 | 23-3781 | ■佐田支所 | 84-0131 |
| ■平田支所 | 63-4624 | ■湖陵支所 | 43-2310 |
| ■多伎支所 | 86-2331 | ■斐川支所 | 73-9330 |
| ■大社支所 | 53-3196 | | |
| ■いずも権利擁護センター | 25-0955 | | |
| ■生活支援・相談センター | 23-3790 | | |



高齢者あんしん支援センター（地域包括支援センター）

- | | | | |
|------|---------|------|---------|
| ■出 雲 | 25-0707 | ■佐 田 | 84-0019 |
| ■平 田 | 63-8200 | ■湖 陵 | 43-7611 |
| ■多 伎 | 86-7122 | ■斐 川 | 73-9125 |
| ■大 社 | 53-3232 | | |



いずりん