



# 山形市

## 生活お役立ち ガイドブック



編集：山形市第1層生活支援コーディネーター  
山形市第2層生活支援コーディネーター  
山形市福祉推進部 長寿支援課

協力：山形市地域包括支援センター

発行：山形市社会福祉協議会 地域福祉課 福祉のまちづくり係

携帯でお役立ちガイド  
ブックを持ち歩こう！



# 山形市生活お役立ちガイドブック

## もくじ

|       |                                 |                   |         |
|-------|---------------------------------|-------------------|---------|
| はじめに  |                                 | はじめに              | p.1     |
|       |                                 | 生活支援コーディネーターって？   | p.1     |
| 1.    | 家事支援                            |                   | p.2～3   |
| 2.    | 外出支援                            | NPO 等による移動支援      | p.4     |
|       |                                 | 福祉タクシー            | p.5～6   |
|       |                                 | 外出時の付き添い支援        | p.6     |
|       |                                 | 施設の協力による買い物支援     | p.6～7   |
|       |                                 | 老人福祉センターの取組       | p.7     |
|       |                                 | コミュニティバス・乗合タクシーほか | p.8～9   |
| 3.    | 食材・弁当の配達等                       | 弁当等の配達サービス        | p.10～11 |
|       |                                 | 食材配達              | p.11～12 |
|       |                                 | 移動販売              | p.12～14 |
| 4.    | 日用品の配達等                         |                   | p.15～20 |
| 5.    | 見守り・安否確認に役立つ情報等                 | 制度・サービス等          | p.21～22 |
|       |                                 | 民生委員児童委員・福祉協力員    | p.22    |
| 6.    | 雪かきに役立つ情報                       |                   | p.23～24 |
| 7.    | おでかけの場                          | ふれあいいきいきサロン       | p.25～26 |
|       |                                 | 体操の場              | p.26～27 |
|       |                                 | 子ども食堂／地域食堂        | p.27～28 |
|       |                                 | 山形市老人クラブ連合会       | p.28    |
|       |                                 | 地域の居場所            | p.28～29 |
| 8.    | 地域支え合いボランティア活動(介護予防・日常生活支援総合事業) |                   | p.30～31 |
| 9.    | その他                             |                   | p.32～33 |
| 情報ページ |                                 | 地域包括支援センター        | p.34～35 |
|       |                                 | 困ったときの相談窓口一覧      | p.36    |
|       |                                 | 山形市のお役立ち情報        | p.37    |

### ～インターネットでご覧の方へ～

- ・一覧中の名称で、下線が引いてあるものをクリックすると、各企業・団体さんのホームページへリンクしています。ぜひあわせてご覧ください。
- ・お住まいの地区名を知りたい時はこちらをクリック [chiku kuiki.pdf \(yamagata-yamagata.lg.jp\)](http://chiku_kuiki.pdf(yamagata-yamagata.lg.jp))
- ・県外からご覧の方へ、山形市内の市外局番は「023」となっております。

### ～おことわり～

- ・一覧中の地区名・団体名等の掲載順は基本的に 50 音順です。
- ・一部レイアウトの都合上順不同になっている場合がございますのでご了承ください。
- ・No.に色がついている団体は今年度より掲載された団体です。
- ※掲載許可のいただけた情報についてのみを掲載しています。( 11月 1日時点の情報です)
- ※感染症拡大防止等により、活動を中止している場合があります。事前にご確認下さい。

## はじめに

この『山形市生活お役立ちガイドブック』は、生活にちょっとした支えが必要になった方が、“家事や買い物などをサポートしてもらいたい”と感じた時に役に立つ情報を、一冊にまとめたものです。

『山形市生活お役立ちガイドブック』が手元にあることで、住み慣れたまちでいつまでも、自分らしい生活が続けられることを願い平成 30 年度から作成し、以降毎年更新を行っております。

※注 今後更に記載内容を充実していけるように日々活動しておりますので、「うちの支援・店が載ってない！」ということがありましたら、ぜひ生活支援コーディネーターにご連絡ください。

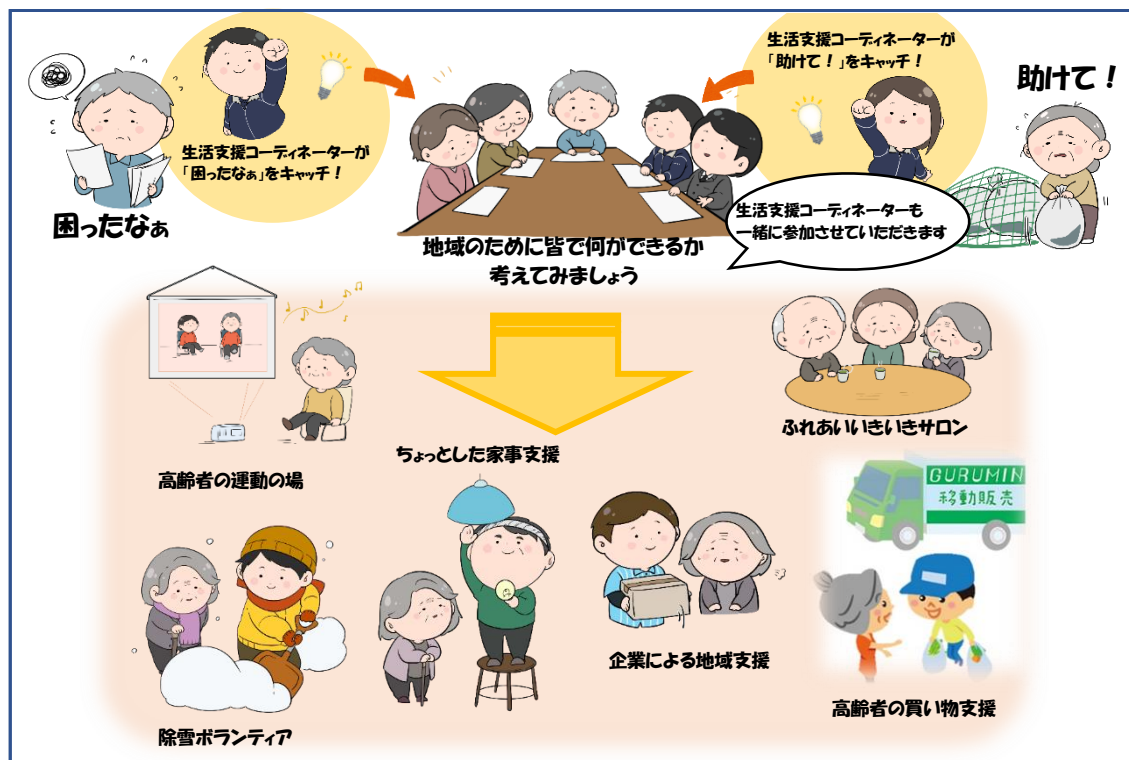
お問い合わせ：山形市社会福祉協議会 地域福祉課 福祉のまちづくり係  
「生活支援コーディネーター」  
電話：645-8061(山形市総合福祉センター 2F)

## 生活支援コーディネーターって？



山形市では、山形市社会福祉協議会が委託を受け、第1層(市全体)1名、第2層(中学校圏域)16名、計17名の生活支援コーディネーターが配置されています。

誰もが住み慣れた地域で自分らしく、いきいきと暮らし続けられるよう、「ささえあい活動」の仕組みづくりをサポートするのが、私たち生活支援コーディネーターの役割です！



生活支援コーディネーターが皆さんのところに訪問しますので、お話を聞かせてください！ぜひ会合等にお呼びください！

# 1. 家事支援

部屋の電球が切れたけど、  
交換できない・・・

最近体が疲れて、  
ゴミ出しになかなか  
行けない・・・

一人で全部の  
家事をするのが  
大変・・・



| 家事支援(対象エリア:山形市全域)   |     |                       |               |                                                              |                            |
|---------------------|-----|-----------------------|---------------|--------------------------------------------------------------|----------------------------|
| ボランティア団体・協同組合等による支援 |     |                       |               |                                                              |                            |
| No.                 | 所在地 | 団体名                   | 問合せ先          | 内容                                                           | 対象エリア<br>(対象者)             |
| 1                   | 第二  | NPO法人山形わたげの会          | 644-4870      | 生活全般援助、通院介助                                                  | 山形市全域                      |
| 2                   | 第二  | シルバー人材センター            | 647-6647      | 障子・ふすま張り替え、除草・造園関係、片付け、電球の取替え等(その他多岐に渡る)                     | 山形市全域                      |
| 3                   | 第八  | NPO法人<br>グローバル福祉サービス  | 674-9533      | 訪問型:生活全般の支援                                                  | 山形市全域                      |
| 4                   | 滝山  | NPO法人<br>ふれあいにこにこの丘   | 631-5015      | 食事準備、掃除、草取り、話し相手等                                            | 山形市全域<br>(所在地から遠い地区は要相談)   |
| 5                   | 楯山  | コープくらしのたすけあいの会        | 686-6284      | 有償ボランティア                                                     | 山形市全域                      |
| 6                   | 南沼原 | NPO法人すみれ会             | 645-0580      | 生活支援(有償ボランティア)                                               | 山形市全域                      |
| 企業等による支援            |     |                       |               |                                                              |                            |
| No.                 | 所在地 | 団体名                   | 問合せ先          | 内容                                                           | 対象エリア<br>(対象者)             |
| 7                   | 第一  | 有限会社 木村家街なかシニアライフサポート | 080-8440-1362 | 生活全般補助、通院付き添い、買い物代行、外出同行、話し相手、スマホ・パソコン操作代行、犬の散歩、ゴミ出し         | 第一・第二地区<br>(所在地から遠い地区は要相談) |
| 8                   | 第二  | ニチイ学館                 | 0120-212-295  | ニチイライフ<br>(家事代行・ペットの世話(散歩は不可)・通院の付き添い等)                      | 山形市全域                      |
| 9                   | 第三  | あなたの生活サポートえがお         | 664-0775      | 買物代行・同行、通院付添、薬受取、草取り・庭の手入れ、掃除、ゴミだし、家具の移動、旅行の同行・準備、お墓掃除・仏花準備等 | 山形市全域                      |
| 10                  | 第三  | ベンリー山形薬師町店            | 0120-020-988  | 家事代行、日曜大工、家具の移動等(見積無料)                                       | 山形市全域                      |
| 11                  | 第五  | オーラ<br>(岡崎医療株式会社)     | 0120-305-538  | 掃除、料理、買い物代行、買い物同行、片付け、退院支援、通院同行                              | 山形市全域                      |
| 12                  | 第八  | クレアママメイドサービス          | 634-3048      | 掃除、家事全般、調理                                                   | 山形市全域                      |



| 企業等による支援(つづき)  |     |                  |                             |                                                             |                         |
|----------------|-----|------------------|-----------------------------|-------------------------------------------------------------|-------------------------|
| No.            | 所在地 | 団体名              | 問合せ先                        | 内容                                                          | 対象エリア<br>(対象者)          |
| 13             | 第九  | あすなろ訪問介護事業所      | 023-664-3914                | 通院介助、大掃除、草むしり、剪定、お墓掃除等<br>※介護保険限度額オーバー分の対応<br>基本は当事業所契約者に限る | 山形市全域                   |
| 14             | 第十  | 家政婦友の会           | 616-5505                    | 家事代行、家政婦、育児補助、病院付き添いなど(除雪除く)                                | 山形市全域                   |
| 15             | 第十  | ベストチョイス          | 090-5355-6323               | 買い物代行、調理(簡単なもの)、洗濯、掃除、ハウスクリーニング                             | 山形市全域                   |
| 16             | 金井  | おうちの御用聞き家工房山形陣場店 | 0120-546-497                | 住民に関わる相談事なんでも。各種クリーニング(浴室、トイレ、エアコン、換気扇など)草むしり、庭木の剪定など       | 山形市全域                   |
| 17             | 樺沢  | ケアセンター おかめ       | 679-4471                    | 買い物、調理、洗濯、掃除、庭掃除等                                           | 山形市全域                   |
| 18             | 鈴川  | (株)cocolo        | 687-1882                    | 家事支援全般                                                      | 山形市全域                   |
| 19             | 滝山  | 有限会社飛竜ケアサービス     | 615-6363                    | 通院介助、外出のお供、入退院のお付き添い                                        | 山形市全域                   |
| 20             | 出羽  | 街の介護屋さんピース       | 674-6974                    | 家事支援全般                                                      | 山形市全域                   |
| 21             | 村木沢 | 39フィット 家事代行サービス  | 090-6002-2133               | 掃除、洗濯、草むしり、家具組み立て等                                          | 山形市全域                   |
| 22             | 山辺  | 誠屋株式会社           | 616-6180                    | 便利屋。買い物代行、ゴミの片づけ、エアコン掃除、蜂、シロアリの駆除等                          | 山形市全域                   |
| 各地域の生活支援に役立つ情報 |     |                  |                             |                                                             |                         |
| No.            | 所在地 | 団体名              | 問合せ先                        | 内容                                                          | 対象エリア<br>(対象者)          |
| 23             | 蔵王  | 蔵王第一中学校          | 688-2516                    | 通学前のごみ出し支援                                                  | 蔵王一中学区内<br>(各町内民生委員へ相談) |
| 24             | 南沼原 | ずっともっと南沼原        | 645-8061<br>(生活支援コーディネーターへ) | 介護保険サービス以外の生活支援                                             | 南沼原地区内の<br>高齢者・障がい者     |
| 25             | 南沼原 | かえるの会            | 080-7844-5901<br>(かえるの会事務局) | ゴミ出し、庭の手入れ、障子貼り、除雪など<br>※お買い物隊(買物同行支援)                      | 高堂及び近隣町<br>内の高齢者など      |
| 26             | 村木沢 | 若木にここに応援隊        | 645-8061<br>(生活支援コーディネーターへ) | 買物支援                                                        | 若木町内会                   |



## 2. 外出支援

病院に一人で行くのが  
不安だな…

(送迎・院内の付き添い)



免許返納して  
外に出る機会が  
減ったな…



買い物に行く時  
誰か手伝って  
くれないかな…

### NPO等による移動支援

※送迎後の付き添い等については、「外出時の付き添い支援」をご参照ください。

| No. | 所在地                        | 団体名                   | 問合せ先                | 内容                                                                                                           | 対象エリア・対象者                                                       |
|-----|----------------------------|-----------------------|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| 1   | 第八                         | NPO法人<br>グローバル福祉サービス  | 674-9533            | 福祉有償運送などにより、<br>外出をサポートします。                                                                                  | エリア：<br>山形市全域<br>※市内でも「事業<br>所の所在地」から<br>「利用者の居住地」<br>が遠い場合、要相談 |
| 2   | 滝山                         | NPO法人マーガレット移<br>動サービス | 633-9680            | 福祉有償運送は…<br><br>身体障がい者や要介護者など、一人では公<br>共交通機関(バス、電車など)を利用すること<br>が困難な移動制約者に対して、玄関から玄関<br>への個別輸送サービスを提供するものです。 |                                                                 |
| 3   | 楯山                         | コープくらしのたすけあい<br>の会    | 686-6284            |                                                                                                              |                                                                 |
| 4   | 南沼原                        | NPO法人すみれ会             | 664-0168            | ※送迎後の付き添い等ができる事業所と<br>できない事業所がありますので、事前に<br>ご確認ください。                                                         |                                                                 |
| 5   | 南沼原                        | NPO法人<br>ハート・ルート・ドライブ | 090-8615-<br>8315   | ※送迎後の付き添い等については、<br>「外出時の付き添い支援」欄もご参照くださ<br>い。                                                               |                                                                 |
| 6   | 滝山                         | NPO法人虹のネットワー<br>ク     | 625-3488            | 会員登録をした方(虹のネットワーク利用者)<br>の移動支援<br>※今後、必要に応じて近隣の移動困難者に対<br>する移動支援も検討。随時ご相談ください。                               | 西蔵王周辺                                                           |
| 7   | 滝山                         | NPO法人<br>ふれあいにこにこの丘   | 631-5015            | 外出支援                                                                                                         | 山形市全域<br>※市内でも「事業<br>所の所在地」から<br>「利用者の居住地」<br>が遠い場合、要相談         |
| 8   | <a href="#">福祉有償運送団体一覧</a> |                       | 641-1212<br>(内線565) | 山形市を対象とした山形市外の福祉有償運送<br>団体の一覧については、市役所ホームページ<br>にてご覧になれます。                                                   |                                                                 |

| 福祉タクシー（エリア：山形市全域）NPO等による移動支援<br>※送迎後の付き添い等については、「外出時の付き添い支援」をご参照ください。 |     |                          |                                 |                                                                                                     | 各利用券の利用可否                                     |                                 |                                   |
|-----------------------------------------------------------------------|-----|--------------------------|---------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|---------------------------------|-----------------------------------|
|                                                                       |     |                          |                                 |                                                                                                     | 高齢者<br>移送<br>サービ<br>ス事業<br>利用券<br>（長寿支<br>援課） | 福祉タ<br>クシー<br>券<br>（障がい<br>福祉課） | リフト付<br>タクシー<br>券<br>（障がい<br>福祉課） |
| No.                                                                   | 所在地 | 団体名                      | 問合せ先                            | 内容                                                                                                  | 対象エリア・対象者                                     |                                 |                                   |
| 9                                                                     | 第六  | 八千代交通(株)                 | 622-5001                        | 介護用車両(車イスの使用に配慮した車両)を所有する事業者を掲載(山形市内事業所)                                                            | ○                                             | ○                               | ○                                 |
| 10                                                                    | 第八  | 介護タクシー走蔵                 | 674-6177                        |                                                                                                     |                                               | ○                               |                                   |
| 11                                                                    | 第十  | 介護タクシーしらかば               | 645-1040                        |                                                                                                     |                                               | ○                               | ○                                 |
| 12                                                                    | 第十  | わたなベケアサポート               | 023-644-9198<br>(090-3661-1515) | ※基本的に車椅子等のご自分でご用意する必要がありますが、一部車椅子のご用意のある事業所もあります。お問い合わせください。<br>(車椅子の準備については下記「(車椅子の貸し出し)」をご参照ください) |                                               | ○                               |                                   |
| 13                                                                    | 鈴川  | 山形タクシー                   | 622-4561                        |                                                                                                     |                                               | ○                               |                                   |
| 14                                                                    | 鈴川  | 輝き介護タクシー                 | 080-1660-2213                   |                                                                                                     | ○                                             | ○                               | ○                                 |
| 15                                                                    | 滝山  | 平成タクシー(株)                | 615-1313                        | ※乗降時の介助や通院時の介助については、個別にお問い合わせください。<br><br>※送迎後の付き添い等については、「外出時の付き添い支援」欄をご参照ください。                    |                                               | ○                               |                                   |
| 16                                                                    | 滝山  | たいせつ                     | 090-3121-4526                   |                                                                                                     |                                               | ○                               |                                   |
| 17                                                                    | 千歳  | 山寺観光タクシー(株)              | 0120-563-971                    |                                                                                                     |                                               | ○                               |                                   |
| 18                                                                    | 第九  | あすなろ介護タクシー               | 664-3914                        |                                                                                                     | ○                                             |                                 |                                   |
| 19                                                                    | 出羽  | うるしやまタクシー(株)             | 684-7111                        |                                                                                                     |                                               | ○                               |                                   |
| 20                                                                    | 西山形 | 鈴木サービス<br>(フラワー介護福祉タクシー) | 643-3637                        |                                                                                                     |                                               | ○                               |                                   |
| 21                                                                    | 本沢  | 介護タクシーベにばな               | 688-3146                        |                                                                                                     | ○                                             | ○                               | ○                                 |
| 22                                                                    | 上山  | (株)上山タクシー                | 672-1122                        |                                                                                                     |                                               | ○                               |                                   |
| 23                                                                    | 上山  | 介護タクシーさくら                | 672-4601                        |                                                                                                     |                                               | ○                               |                                   |
| 24                                                                    | 山辺  | 山辺観光タクシー(株)              | 664-5030                        |                                                                                                     | ○                                             | ○                               | ○                                 |
| 25                                                                    | 天童  | フリーサポート山形                | 654-2668                        |                                                                                                     |                                               | ○                               | ○                                 |
| 26                                                                    | 天童  | 福祉タクシーひまわり               | 070-5623-0634                   |                                                                                                     |                                               | ○                               |                                   |
| 27                                                                    | 天童  | (株)なでしこ福祉                | 687-1188                        |                                                                                                     | ○                                             | ○                               | ○                                 |
| 28                                                                    | 天童  | らくらく介護タクシー               | 600-7385                        |                                                                                                     | ○                                             | ○                               | ○                                 |
| 29                                                                    | 天童  | コアラやまがた県央                | 651-8038                        |                                                                                                     | ○                                             | ○                               | ○                                 |
| 30                                                                    | 天童  | ベア・ロジコ(株)(テー<br>シーサービス)  | 658-3101                        |                                                                                                     |                                               |                                 | ○                                 |
| 31                                                                    | 河北  | 福祉タクシーCAN                | 080-6015-0966                   |                                                                                                     |                                               | ○                               |                                   |
| 32                                                                    | 河北  | A・Sサービス                  | 0120-197-196                    |                                                                                                     |                                               |                                 | ○                                 |
| 33                                                                    | 朝日  | 介護タクシーかなエール              | 0237-85-1147                    |                                                                                                     |                                               |                                 | ○                                 |
| 34                                                                    | 舟形  | 介護タクシーもがみ                | 0233-35-2721                    |                                                                                                     |                                               |                                 | ○                                 |
| 35                                                                    | 第九  | 山交ハイヤー<br>(株)介護推進事業所     | 684-1513                        | 部屋からタクシーまでの介助が必要な人は500円で対応する                                                                        |                                               | ○                               | ○                                 |
| 36                                                                    | 鈴川  | 観光タクシー(株)                | 622-7288                        | ・福祉タクシー<br>・買い物同行サービス<br>自宅～お店の往復料金+買い物時間料金<br>※車椅子利用の場合(車椅子をお持ちの方限定)+500円                          | ○                                             | ○                               | ○                                 |

| 福祉タクシー（エリア:山形市全域） つづき                   |     |                      |                             |                                                                                                                               | 各利用券の利用可否                                     |                                 |                                   |
|-----------------------------------------|-----|----------------------|-----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|---------------------------------|-----------------------------------|
| ※送迎後の付き添い等については、「外出時の付き添い支援」をご参照ください。   |     |                      |                             |                                                                                                                               | 高齢者<br>移送<br>サービ<br>ス事業<br>利用券<br>(長寿支<br>援課) | 福祉タ<br>クシー<br>券<br>(障がい<br>福祉課) | リフト付<br>タクシー<br>券<br>(障がい<br>福祉課) |
| No.                                     | 所在地 | 団体名                  | 問合せ先                        | 内容                                                                                                                            | 対象エリア・対象者                                     |                                 |                                   |
| 37                                      | 滝山  | 介護タクシーサンサン           | 090-6921-4151               | 介護資格を持った女性ドライバーが親切・丁寧に対応いたします。小型タクシー料金で車いす・フルリクライニング車いす・ストレッチャーがご利用いただけます。病院での付き添い、介助、お買い物やご旅行のお手伝いなども可能です。(有料) ぜひお問い合わせください。 | ○                                             | ○                               | ○                                 |
| 38                                      | 南沼原 | 介護タクシーめだか            | 647-7371                    | 福祉タクシー                                                                                                                        | ○                                             | ○                               | ○                                 |
|                                         |     |                      |                             | 民間患者等搬送車<br>※いわゆる民間救急車。寝たままの状態で移動しなければならない方が利用対象。ただし、「緊急車両」ではないので、サイレンや赤色灯を使つての優先走行はできない。 <b>電源利用の医療機器など持込可能。</b>             |                                               |                                 |                                   |
| 外出時の付き添い支援                              |     |                      |                             |                                                                                                                               |                                               |                                 |                                   |
| ※「家事支援」の欄より抜粋しています(下記以外でも行っているところがあります) |     |                      |                             |                                                                                                                               |                                               |                                 |                                   |
| No.                                     | 所在地 | 団体名                  | 問合せ先                        | 内容                                                                                                                            | 対象エリア・対象者                                     |                                 |                                   |
| 39                                      | 第二  | ニチイ学館                | 0120-212-295                | 通院の付き添い等                                                                                                                      | 山形市全域                                         |                                 |                                   |
| 40                                      | 第二  | NPO法人山形わたげの会         | 644-4870                    | 通院介助                                                                                                                          | 山形市全域                                         |                                 |                                   |
| 41                                      | 第三  | あなたの生活サポートえがお        | 664-0775                    | 買物同行、通院付添、薬受取、旅行の同行・準備                                                                                                        | 山形市全域                                         |                                 |                                   |
| 42                                      | 第五  | オーラ<br>(岡崎医療株式会社)    | 0120-305-538                | 買い物同行、通院同行                                                                                                                    | 山形市全域                                         |                                 |                                   |
| 43                                      | 第八  | NPO法人<br>グローバル福祉サービス | 674-9533                    | 生活全般の支援                                                                                                                       | 山形市全域                                         |                                 |                                   |
| 44                                      | 第九  | あすなろ訪問介護事業所          | 023-664-3914                | 通所介護、大掃除、草むしり、剪定、お墓掃除等                                                                                                        | 山形市全域                                         |                                 |                                   |
| 45                                      | 第十  | 家政婦友の会               | 616-5505<br>(070-6955-4803) | 病院付き添いなど                                                                                                                      | 山形市全域                                         |                                 |                                   |
| 46                                      | 滝山  | 有限会社飛竜ケアサービス         | 615-6363                    | 通院介助、外出のお供、入退院のお付き添い                                                                                                          | 山形市全域                                         |                                 |                                   |
| 47                                      | 滝山  | NPO法人ふれあいにこにこの丘      | 631-5015                    | 外出支援                                                                                                                          | 山形市全域<br>(所在地から遠い地区は要相談)                      |                                 |                                   |
| 施設の協力による買い物支援                           |     |                      |                             |                                                                                                                               |                                               |                                 |                                   |
| No.                                     | 所在地 | 団体名                  | 問合せ先                        | 内容                                                                                                                            | 対象エリア・対象者                                     |                                 |                                   |
| 48                                      | 楳沢  | 特別養護老人ホーム<br>みこころの園  | 645-8061<br>(生活支援コーディネーターへ) | ・月1回(いずれかの金曜日)<br>・スーパーへの送迎。<br>(町内会と施設でその都度相談)                                                                               | 西原自治会                                         |                                 |                                   |
| 49                                      | 蔵王  | 上野地区買い物ツアー           | 645-8061<br>(生活支援コーディネーターへ) | 特別養護老人ホーム蔵王やすらぎの里の協力による買い物支援。<br>・月2回(第1・3水曜日)スーパーへの送迎。<br>・帰りの送迎までのお茶のみ。                                                     | 蔵王上野町内会                                       |                                 |                                   |
| 50                                      | 滝山  | 福の神町内買い物支援           | 645-8061<br>(生活支援コーディネーターへ) | ツクイ東青田の協力による買物支援。<br>・月2回(その都度町内と相談)<br>・スーパーへの送迎                                                                             | 福の神町内会                                        |                                 |                                   |



| 施設の協力による買い物支援(つづき)                                                                                                                                                                                                                                             |          |                              |                             |                                                                                  |                       |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|------------------------------|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|
| No.                                                                                                                                                                                                                                                            | 所在地      | 団体名                          | 問合せ先                        | 内容                                                                               | 対象エリア・対象者             |
| 51                                                                                                                                                                                                                                                             | 高瀬       | べにはなノ杜・山形県リハビリセンター<br>地域交流事業 | 645-8061<br>(生活支援コーディネーターへ) | ・月3回(第2・3・4火曜日)<br>・スーパーへの送迎(10時～12時)                                            | 休石町内<br>上東山地区<br>清水町内 |
| 52                                                                                                                                                                                                                                                             | 出羽       | せん寿ノ杜買物支援                    | 674-8388                    | ・月2回(都度打ち合わせにより決定)<br>・スーパーへの送迎                                                  | 施設周辺の住民               |
| 53                                                                                                                                                                                                                                                             | 東沢       | 滑川住宅ふれあいバス<br>(滑川住宅外出支援)     | 645-8061<br>(生活支援コーディネーターへ) | 特別養護老人ホーム愛日荘の協力による買い物支援。<br>・毎週木曜日(10時～14時)<br>・ショッピングモールや七日町等への送迎。<br>モールでは自由行動 | 滑川住宅自治会住民             |
| 54                                                                                                                                                                                                                                                             | 南沼原      | かえるの会<br>お買い物隊               | 080-7844-5901<br>(かえるの会事務局) | 特別養護老人ホームみこころの園、256の協力による買物支援<br>・月2回/行事等による変更あり                                 | 高堂及び近隣町内の高齢者など        |
| 55                                                                                                                                                                                                                                                             | 南山形      | みはらしの丘町内会                    | 645-8061<br>(生活支援コーディネーターへ) | 特別養護老人ホームみはらしの丘の協力による買い物支援。<br>・第3木曜13:00～<br>・スーパーへの送迎。                         | みはらしの丘町内会の方           |
| 56                                                                                                                                                                                                                                                             | 本沢       | 本沢地区社会福祉協議会                  | 645-8061<br>(生活支援コーディネーターへ) | 特別養護老人ホーム菅沢荘、サニーヒル菅沢の協力による買い物支援。<br>・月2回(第2・4水曜日)<br>・スーパーへの送迎。                  | 本沢地区全域                |
| 老人福祉センターの取組                                                                                                                                                                                                                                                    |          |                              |                             |                                                                                  |                       |
| <p>各種相談、健康増進、教養講座の開催等、高齢者福祉の増進を目的とした施設です。</p> <p>○対象者 60歳以上の方</p> <p>○浴場付き施設 浴室使用料 1人100円<br/>(身体障がい者手帳、戦傷病者手帳、療育手帳、精神障がい者保健福祉手帳の所持者・その介助者1名は無料)</p> <p>○利用時間 午前9時～午後6時30分(入浴時間は午後6時まで) ※ 小白川やすらぎ荘は午後10時まで</p> <p>※感染症拡大防止のため、送迎を中止している場合があります。事前にご確認ください。</p> |          |                              |                             |                                                                                  |                       |
| No.                                                                                                                                                                                                                                                            | 団体名      |                              | 問合せ先                        | 送迎(要相談)                                                                          | 設備                    |
| 57                                                                                                                                                                                                                                                             | 漆山やすらぎ荘  |                              | 686-5567                    | 漆山やすらぎ荘を利用する方に限り送迎。<br>①第1・3(火)巡回バス【落合・銅町・宮町方面】<br>②第2・4(火)巡回バス【落合・陣場・灰塚方面】      | 浴場 ○<br>ゲートボール場 ×     |
| 58                                                                                                                                                                                                                                                             | 大曽根さわやか荘 |                              | 644-0016                    | 大曽根さわやか荘を利用する方に限り送迎。                                                             | 浴場 ○<br>ゲートボール場 ○     |
| 59                                                                                                                                                                                                                                                             | 鈴川ことぶき荘  |                              | 625-3251                    | 鈴川ことぶき荘を利用する方に限り送迎。<br>①現在は鈴川地区のみ運行。<br>②近隣地区であれば、送迎希望者が3名いる場合は路線を増やすことが可能。      | 浴場 ○<br>ゲートボール場 ○     |
| 60                                                                                                                                                                                                                                                             | 黒沢いこい荘   |                              | 688-9060                    | 黒沢いこい荘を利用する方に限り送迎。                                                               | 浴場 ○<br>ゲートボール場 ×     |
| 61                                                                                                                                                                                                                                                             | 小白川やすらぎ荘 |                              | 642-5181                    | —                                                                                | 浴場 ×<br>ゲートボール場 ○     |

## コミュニティバス・乗合タクシーほか

路線バスが運行されていない地域やバスが不便な地域等を運行しています。

### コミュニティバス西部循環線（ベニちゃんバス西くるりん）

- ・運行区間：山形駅前（山形駅東口）～市街地西部地域～山形駅前～中心市街地～山形駅前
- ・運行日：毎日運行（元日のみ運休）
- ・運行便数：24 便
- ・運賃：中心市街地エリア、または西部エリア内の乗降 100 円  
エリアをまたいだ乗降 200 円



### コミュニティバス東部循環線（ベニちゃんバス東くるりん）

- ・運行区間：山形駅前（山形駅東口）～市街地東部地域～山形駅前～中心市街地～山形駅前
- ・運行日：毎日運行（元日のみ運休）
- ・運行便数：24 便
- ・運賃：中心市街地エリア、または東部エリア内の乗降 100 円、エリアをまたいだ乗降 200 円

### 山形市コミュニティバス高瀬線（紅花バス）

- ・運行区間：高沢～高瀬～楯山～鈴川ことぶき荘～山形駅前
- ・運行日：平日運行（祝日・年末年始 12/29～1/3 は運休）
- ・運行便数：上り 3 便、下り 2 便
- ・運賃：300 円（高沢～風間入口間、鈴川ことぶき荘～山形駅前間の一定区間だけの乗降は 200 円）



### 山形市地域交流バス南部線

- ・運行区間：農業試験場前～村木沢～本沢～南山形～  
吉原ショッピングセンター（イオンモール山形南）・白山～山形駅～山形市役所
- ・運行日：毎週火曜日（祝日・年末年始 12/29～1/3 は運休）
- ・運行便数：上り 2 便、下り 2 便
- ・運賃：300 円（農業試験場～白山間、吉原ショッピングセンター～市役所前間は 200 円、  
吉原ショッピングセンター～白山間のみの利用は 100 円）



### スマイルグリーン号

- ・運行区間：中山町～明治・大郷～ヤマザワ漆山店～県立中央病院・済生病院～  
イオン山形北～山形市役所～山形駅
- ・運行日：月、水、金曜日  
（完全予約制〈注 1・2〉、祝日・お盆 8/13～8/17・年末年始 12/29～1/3 を除く）
- ・運行便数：7 便
- ・運賃：200 円～600 円



〈注 1〉乗車する便とバス停を事前に予約するため、予約のないところには停まりません。

〈注 2〉事前に会員登録が必要です。詳しくは大郷明治交通サービス運営協議会

（明治コミュニティセンター内 ☎684-7333）までお問合せ下さい。



☎山形市公共交通マップも  
ご活用ください

問合せ先：山形市企画調整部公共交通課  
☎641-1212 内線 438・926・928・929

### かなみちゃんタクシー

- ・利用できる方：金井地区西部（吉野宿、鮎洗、陣場新田、東志戸田、志戸田）在住で、65歳以上の方
  - ・運行区間：嶋・馬見ヶ崎～山辺町
  - ・運行日：月～金（祝日・年末年始 12/29～1/3 は運休、完全予約制＜注１・２＞）
  - ・運行便数：午前８時～午後４時
  - ・運賃：500 円
- ＜注１＞原則利用する前日夜８時までに予約が必要です。
- ＜注２＞事前に利用登録が必要ですので詳細は下記問い合わせ先までお問合せください。

### あじさいバス

- ・運行区間：村木沢～大曽根～飯塚～南沼原
- ・運行日：水曜日（祝日・年末年始 12/29～1/3 は運休）
- ・運行便数：6 便
- ・運賃：200 円



### ＜運行期間が限定されているもの＞

### 南くるりん

- ・運行期間：令和５年１０月、令和６年１月
- ・運行区間：滝山～蔵王～南沼原～第六
- ・運行日：運行期間中毎日運行（元旦のみ運休）
- ・運行便数：20 便
- ・運賃：300 円（同一エリア内での乗降又は隣接するエリア内での乗降の場合は 200 円）



### 楯っちゃん丸タクシー

- ・運行期間：令和５年１０月、令和６年１月、４月、７月
- ・運行区間：楯山地区（十文字・新開・青柳）
- ・運行日：水、金曜日（祝日は運休、完全予約制＜注１・２＞）
- ・運行便数：8 便
- ・運賃：500 円



＜注１＞原則利用する前日夜８時までに予約が必要です。

＜注２＞事前に利用登録が必要ですので詳細は下記問い合わせ先までお問い合わせください。



 山形市公共交通マップも  
ご活用ください

問合せ先：山形市企画調整部公共交通課  
(☎641-1212 内線 438・926・928・929)

### 3. 食材・弁当の配達等



| <b>弁当等の配達サービス</b><br><small>(全店舗の実施を保証するものではありません。ご利用にあたっては各店舗へご確認ください)</small> |                     |                          |                                                                                                                                 |                |
|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| 山形市全域を対象としたサービス                                                                 |                     |                          |                                                                                                                                 |                |
| NO.                                                                             | 団体名                 | 問合せ先                     | 内容                                                                                                                              | 対象エリア<br>(対象者) |
| 1                                                                               | かがやき弁当              | 615-7532                 | 配食サービス(昼食・夕食)<br>年中無休(祝日・元旦もOK)<br>一食450円(おかずのみ430円)                                                                            | 山形市全域(一部制限あり)  |
| 2                                                                               | ㈱クリニコ<br>(森永乳業グループ) | 0120-52-0050             | 「和風だし香る茶碗蒸し(茶碗蒸し風味ゼリー)」<br>栄養(高カロリー、たんぱく質)に配慮した和風だしの旨みと卵のやさしい舌ざわりの茶碗蒸し風味ゼリーです。<br>かたいものが食べづらい方、噛む力が落ちた方にも食べやすい食感です。(具材は入っていません) | 山形市全域          |
| 3                                                                               | グレートライフ             | 080-6015-1899<br>(担当 横山) | 保存ができる健康おかずの宅配食                                                                                                                 | 山形市全域          |
| 4                                                                               | けんたくん河北店            | 0120-915-945             | 配食サービス(冷凍)<br>(低たんぱく低塩分食、減塩食、エネルギーコントロール食あり)<br>※配達頻度等要相談<br>(いつでも相談に伺います)                                                      | 山形市全域          |
| 5                                                                               | CO-OP<br>生活協同組合 共立社 | 0800-800-6265            | 夕食宅配                                                                                                                            | 山形市全域(一部除く)    |
| 6                                                                               | ジョイランチ山形            | 643-0006                 | 配食サービス<br>昼食の配達 は月～金。夕食の配達 は月～土。<br>休業日(日・祝日)                                                                                   | 山形市全域          |
| 7                                                                               | セブンイレブン<br>セブンミール   | インターネット<br>各店舗           | 弁当その他商品の宅配<br>インターネット注文<br>※各店舗の対応については、「4. 日用品の配達等」に詳細を掲載しています。                                                                | 山形市全域          |
| 8                                                                               | 配食のふれ愛              | 616-6180                 | 配食サービス                                                                                                                          | 山形市全域          |
| 9                                                                               | 宅配クック123            | 623-1020                 | 配食サービス                                                                                                                          | 山形市全域(一部除く)    |

| 弁当等の配達サービス<br>山形市全域を対象としたサービス(つづき) |                                |                   |              |                                                                       |                                                      |                          |
|------------------------------------|--------------------------------|-------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|--------------------------|
| NO.                                | 団体名                            |                   | 問合せ先         | 内容                                                                    | 対象エリア<br>(対象者)                                       |                          |
| 10                                 | NPO法人ふれあいにこにこの丘                |                   | 631-5015     | 月曜・水曜・金曜の昼食配達、500円～                                                   | 山形市全域<br>(所在地から遠い地区は要相談)                             |                          |
| 11                                 | NPO法人わたげの会                     |                   | 644-4870     | (火)～(金) 弁当配達(11時頃に配達)                                                 | 山形市全域、一部制限あり<br>(会員登録必要)                             |                          |
| 12                                 | ワタミの宅食                         |                   | 0120-321-510 | 日替わり宅配弁当<br>専任の管理栄養士が塩分やカロリーに配慮して献立を設計しています。税込490円～                   | 山形市全域<br>(一部除く)                                      |                          |
| 13                                 | 誠屋株式会社                         |                   | 616-6180     | 初回、無料にてご試食いただけます。詳しくは直接ご連絡ください。                                       | 山形市全域                                                |                          |
| 弁当等の配達サービス<br>各地域を対象としたサービス        |                                |                   |              |                                                                       |                                                      |                          |
| NO.                                | 所在地                            | 団体名               |              | 問合せ先                                                                  | 内容                                                   | 対象エリア<br>(対象者)           |
| 14                                 | 第十                             | 味工房 すず            |              | 646-2446                                                              | 弁当                                                   | 配達は要相談                   |
| 15                                 | 金井                             | ほっともっと 江俣店        |              | 682-7151                                                              | 弁当の配達<br>※詳しくは店舗にお問合せください                            | 山形市全域                    |
| 16                                 | 飯塚                             | ローソン山形石関店         |              | 646-7175                                                              | ・お弁当の配達<br>(3日前の注文で配達料無料)                            | 飯塚地区                     |
| 17                                 | 南山形<br>本沢<br>西山形<br>村木沢<br>大曽根 | 菅沢荘<br>(菅沢いきいき弁当) |              | 646-1165                                                              | 平日・昼食の配達<br>高齢者・障がい者のみの世帯<br>(対応件数に限りあり)             | 南山形、本沢、西山形、村木沢、大曽根       |
| 18                                 | 東沢                             | きてけろ弁当            |              | 090-6458-2414                                                         | 弁当の配達<br>前日の17時までの申し込み                               | 山形市全域                    |
| 食材配達                               |                                |                   |              |                                                                       |                                                      |                          |
| 山形市全域を対象としたサービス                    |                                |                   |              |                                                                       |                                                      |                          |
| NO.                                | 団体名                            |                   | 問合せ先         | 内容                                                                    |                                                      | 対象エリア<br>(対象者)           |
| 19                                 | イオン                            |                   | 各店舗          | ネット注文、宅配<br>※各店舗の対応については、【4. 日用品の配達等】のページをご覧ください。                     |                                                      | 【4. 日用品の配達等】のページをご覧ください。 |
| 20                                 | おーばん                           |                   | 各店舗          | 購入したもの<br>※各店舗の対応については、【4. 日用品の配達等】のページをご覧ください。                       |                                                      | 山形市全域                    |
| 21                                 | 元気市場たかはし                       |                   | 各店舗          | 2000円以上の購入品、13:00まで受付、平日のみ配達<br>※各店舗の対応については、【4. 日用品の配達等】のページをご覧ください。 |                                                      | 【4. 日用品の配達等】のページをご覧ください。 |
| 22                                 | CO-OP<br>生活協同組合<br>共立社         |                   | 配達代行         | 各店舗                                                                   | 日用品等の購入品の配達<br>※各店舗の対応については、【4. 日用品の配達等】のページをご覧ください。 | 【4. 日用品の配達等】のページをご覧ください。 |
| 御用聞き                               |                                |                   | 各店舗(城西、東原)   | 電話・FAX注文による配達。<br>※各店舗の対応については、【4. 日用品の配達等】のページをご覧ください。               | 【4. 日用品の配達等】のページをご覧ください。                             |                          |
| 24                                 |                                |                   | 個人宅配         | 0120-916-244                                                          | 日用品等の注文配達。<br>(付随して見守りサービス有り。<br>→【5. 見守り・安否確認】欄参照)  | 山形市全域                    |
| 25                                 | ヤマザワ                           |                   | 各店舗          | 来店し購入した品物を常温で宅配(有料)<br>※各店舗の対応については、【4. 日用品の配達等】のページをご覧ください。          |                                                      | 【4. 日用品の配達等】のページをご覧ください。 |
| 26                                 | ヨシケイ山形                         |                   | 687-0901     | 食材及び冷凍弁当の配達                                                           |                                                      | 山形市全域                    |



| 食材配達<br>山形市全域を対象としたサービス(つづき)                                                                           |                            |                                                                                                                                              |                                            |                                                                                        |                        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
| NO.                                                                                                    | 団体名                        |                                                                                                                                              | 問合せ先                                       | 内容                                                                                     | 対象エリア<br>(対象者)         |
| 27                                                                                                     | ショッピングセンター吉田               |                                                                                                                                              | TEL:644-5629<br>(FAXでも注文可。専用FAX666-8615まで) | お店の取り扱い食料品を前日15:00まで注文で翌日タクシードライバーが片道料金でお届け。<br>(※2km以内なら700円～900円程度)                  | 山形市全域                  |
| 28                                                                                                     | エンドー                       |                                                                                                                                              | 681-7711                                   | 3,000円以上の購入で宅配(無料)<br>13時までのご注文で翌日お届け                                                  | 山形市全域                  |
| 29                                                                                                     | 観光タクシー(株)                  |                                                                                                                                              | 622-7288                                   | ・買い物代行<br>自宅～お店の片道メーター料金+500円<br>・お届け物+受取り物などご相談に応じます<br><br>※対応可能期間がありますので、直接ご相談ください。 | 山形市全域                  |
| 各地域を対象としたサービス                                                                                          |                            |                                                                                                                                              |                                            |                                                                                        |                        |
| NO.                                                                                                    | 所在地                        | 団体名                                                                                                                                          | 問合せ先                                       | 内容                                                                                     | 対象エリア<br>(対象者)         |
| 30                                                                                                     | 東沢                         | カワサキヤ                                                                                                                                        | 629-2032                                   | ・東沢圏域への個別宅配、要相談<br>・9, 10月は休み。                                                         | 火→滑川・新山・関沢方面<br>木→宝沢方面 |
| 移動販売(全市／各地区 両方掲載)                                                                                      |                            |                                                                                                                                              |                                            |                                                                                        |                        |
| NO.                                                                                                    | 所在地                        | 団体名                                                                                                                                          | 問合せ先                                       | 内容                                                                                     | 対象エリア<br>(対象者)         |
| 31                                                                                                     | 東沢                         | 武田商店(山辺)                                                                                                                                     | 664-5195                                   | 食料品等の移動販売<br>日曜・祭日を除く毎朝                                                                | 宝沢地区                   |
| 移動販売 (とくし丸)                                                                                            |                            |                                                                                                                                              |                                            |                                                                                        |                        |
| ○とくし丸について…お買物に困っているお客様に対しての移動(訪問)販売。生鮮食品やお菓子、調味料、日用品など約400品目を軽トラックに積み、お近くまで伺い買物ができる。<br>商品はヤマザワ店舗より供給。 |                            |                                                                                                                                              |                                            |                                                                                        |                        |
| ○問い合わせ先…とくし丸 ヤマザワ1号車 :ヤマザワ宮町店(615-0877)<br>とくし丸 ヤマザワ10号車:ヤマザワ北町店(684-6331)                             |                            |                                                                                                                                              |                                            |                                                                                        |                        |
| NO.                                                                                                    | 運行先                        | 運行ルート・時間                                                                                                                                     |                                            |                                                                                        |                        |
| 32                                                                                                     | 第三<br>第四<br>鈴川<br>千歳       | とくし丸 ヤマザワ1号車<br>①月曜・木曜日:山形市泉町・銅町・双月町1～4丁目・和合町2丁目<br>②火曜・金曜日:山形市山家町・鈴川町1～4丁目・和合町1丁目・山家本町・印役町2丁目・薬師町・円応寺町<br>③水曜・土曜日:山形市和合町1～3丁目・沼の辺町・印役町1～5丁目 |                                            |                                                                                        |                        |
| 33                                                                                                     | 第七<br>第九<br>千歳<br>金井<br>大郷 | とくし丸 ヤマザワ10号車<br>①月曜・木曜日:山形市江俣・江南・瀬波・北町<br>②火曜・金曜日:山形市千歳・長町・桧町・北山形・下条・西田<br>③水曜日(週1回利用者):山形市陣場・中野・船町・内表                                      |                                            |                                                                                        |                        |

移動販売（CO-OP 生活協同組合 共立社 移動店舗「せいきょう便」）

○せいきょう便について…野菜・お肉・お菓子・ちょっとしたお惣菜、日用品まで、500～600品を販売。

○対象エリア…山形市全域

現在の運行ルートは、以下もしくはホームページをご覧ください。  
都合により変更している場合もございます。  
ご不明な際はお問い合わせください。

○問い合わせ先…お近くのくらしのセンター(店舗)または、生協共立社コールセンター  
フリーダイヤル：0120-916-244

| NO. | 運行先 | 運行ルート・時間                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-----|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 34  | 第一  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・毎週月曜日<br/>11:50頃(七日町4丁目)→12:10頃(七日町4丁目②)</li> <li>・毎週火曜日<br/>15:50頃(木の実町)</li> <li>・毎週木曜日<br/>11:40頃(七日町)</li> </ul>                                                                                                     |
| 35  | 第四  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・毎週月曜日<br/>11:10頃(緑町3丁目)→11:50頃(七日町4丁目)→12:10頃(七日町4丁目②)</li> <li>・毎週木曜日<br/>11:50頃(七日町)</li> </ul>                                                                                                                        |
| 36  | 第五  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・毎週月曜日<br/>11:50頃(七日町4丁目)→12:10頃(七日町4丁目②)→13:30頃(あこや町2丁目)</li> <li>・毎週火曜日<br/>15:10頃(松波1丁目)</li> <li>・毎週水曜日<br/>15:30頃(東原3丁目)</li> <li>・毎週木曜日<br/>11:10頃(緑町3丁目)→11:50頃(七日町4丁目)→12:10頃(七日町4丁目②)→13:30頃(あこや町2丁目)</li> </ul> |
| 37  | 第六  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・毎週木曜日<br/>10:50頃(あずま町)</li> <li>・毎週金曜日<br/>15:20～15:30頃(あずま町)</li> </ul>                                                                                                                                                 |
| 38  | 第八  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・毎週月曜日<br/>11:50頃(七日町4丁目)→12:10頃(七日町4丁目②)</li> <li>・毎週木曜日<br/>11:10頃(緑町3丁目)→11:50頃(七日町)</li> </ul>                                                                                                                        |
| 39  | 鈴川  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・毎週月曜日<br/>11:20頃(双月)</li> <li>・毎月金曜日<br/>12:40頃(ほづみの森)</li> </ul>                                                                                                                                                        |
| 40  | 樺沢  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・毎週火曜日<br/>10:50頃(西原2丁目)→11:10頃(西原2丁目)→12:10頃(西原公園東側)→12:20頃(西原1丁目)→14:30頃～15:40頃(西原1丁目)巡回</li> <li>・毎週金曜日<br/>10:50頃(西原2丁目)→11:10頃(西原2丁目)→12:10頃(西原公園東側)→12:20頃(西原1丁目)→14:30頃～15:40頃(西原1丁目)巡回</li> </ul>                 |
| 41  | 金井  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・毎週金曜日<br/>14:00頃(ツクイ山形江俣)</li> </ul>                                                                                                                                                                                     |

|    |     |                                                                                                                                                                                                                              |
|----|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 42 | 楯山  | ・毎週金曜日<br>10:50頃(青柳集会所)→11:10頃(ぬくもりの里)→11:30頃(新開集会所)→11:40頃(新開②)→12:20頃(青野公民館)→16:10頃(楯山コミュニティセンター駐車場)                                                                                                                       |
| 43 | 滝山  | ・毎週火曜日<br>13:30頃～14:20頃(中桜田1丁目)巡回→14:30頃(東青田5丁目)<br><br>・毎週水曜日<br>11:00頃(岩波)→11:30頃(岩波)→14:10頃(青田南)→15:20頃(平清水公民館付近)→15:40頃(平泉寺駐車場)<br><br>・毎週金曜日<br>13:30頃～14:20頃(中桜田1丁目)巡回→14:30頃(東青田5丁目)→14:40頃～14:50頃(東青田1丁目)            |
| 44 | 東沢  | ・毎週月曜日<br>10:50頃(滑川)                                                                                                                                                                                                         |
| 45 | 高瀬  | ・毎週金曜日<br>14:50頃(中里公民館)→15:20(切畑)→15:40(切畑②)                                                                                                                                                                                 |
| 46 | 南山形 | ・毎週月曜日<br>14:20～15:40頃(南松原2丁目)巡回<br><br>・毎週木曜日<br>14:20～15:40頃(南松原2丁目)巡回                                                                                                                                                     |
| 47 | 蔵王  | ・毎週火曜日<br>10:50頃(半郷岡田児童遊園)→11:10頃(半郷第二児童遊園)→12:10頃(桜田東4丁目)<br><br>・毎週水曜日<br>12:10頃(飯田4丁目)→12:30頃(飯田3丁目)→14:10(青田南)→14:40(桜田西2丁目)<br><br>・毎週金曜日<br>10:50頃(半郷岡田児童遊園)→11:10頃(半郷第二児童遊園)→11:40頃(半郷)→12:10頃(桜田東4丁目)→13:10頃(桜田西4丁目) |
| 48 | 西山形 | ・毎週水曜日<br>12:30頃(新道)→15:00頃(七つ松)→15:40頃(山王)→16:00頃(山王)                                                                                                                                                                       |
| 49 | 村木沢 | ・毎週水曜日<br>13:50頃(上平)→14:00頃(上平)→14:20頃(上平公民館)→14:40頃(上平)→15:40頃(山王)→16:00頃(山王)                                                                                                                                               |
| 50 | 本沢  | ・毎週水曜日<br>11:00頃(菅沢荘前)→11:30～12:00頃(すげさわの丘)巡回                                                                                                                                                                                |

## 4. 日用品の配達等

買い物をしても、  
荷物を持って帰る  
自信がない……

トイレットペーパーやおむつ  
等大きなものを一つ買うと  
後は何も持てない……

洗剤やシャンプーが  
重くて持って帰れない……

お店が近くなって、  
なかなか買い物  
に行けない……



| 全市を対象とするサービス<br>(全店舗の実施を保証するものではありません。ご利用にあたっては各店舗へご確認ください) |                        |      |              |                                                                                    |            |
|-------------------------------------------------------------|------------------------|------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| No.                                                         | 団体名                    |      | 問合せ先         | 内容                                                                                 | 対象エリア(対象者) |
| 1                                                           | イオン                    |      | 各店舗          | 弁当その他商品の宅配<br>インターネット注文<br>※各店舗の対応については、以下の地区別欄をご覧ください。                            | 山形市全域      |
| 2                                                           | ウエルシア薬局                |      | 各店舗          | 日用品等の購入品の配達<br>※各店舗の対応については、以下地区別欄をご覧ください。                                         | 山形市全域      |
| 3                                                           | おーばん                   |      | 各店舗          | 購入したもの<br>※各店舗の対応については、以下地区別欄をご覧ください。                                              | 山形市全域      |
| 4                                                           | 観光タクシー(株)              |      | 622-7288     | ・買い物代行<br>自宅～お店の片道メーター料金+500円<br>・お届け物+受取り物などご相談に応じます<br>※対応可能期間がありますので、直接ご相談ください。 | 山形市全域      |
| 5                                                           | CO-OP<br>生活協同組合<br>共立社 | 御用聞き | 各店舗(城西、東原)   | 電話注文による配達。<br>※各店舗の対応については、以下地区別欄をご覧ください。                                          | 各店舗参照      |
| 6                                                           | CO-OP<br>生活協同組合<br>共立社 | 個人宅配 | 0120-916-244 | 日用品等の注文配達。<br>(付随して見守りサービス有り。<br>→【5. 見守り・安否確認】のページをご覧ください。)                       | 山形市全域      |
| 7                                                           | CO-OP<br>生活協同組合<br>共立社 | 移動店舗 |              | 移動販売車による日用品等の販売。<br>コールセンターへの注文も可。<br>※地区別の詳細は、「3. 食材・弁当の配達等」をご覧ください。              | 山形市全域      |
| 8                                                           | サンデー                   |      | 各店舗          | 電話注文や購入商品の配達。<br>(日用品・家具・家電・園芸用品等)<br>※重量物・長尺商品は別途料金がかかります。                        | 山形市全域      |
| 9                                                           | サンドラッグ                 |      | 各店舗          | 日用品等の購入品の配達<br>※各店舗の対応については、以下地区別欄をご覧ください。                                         | 山形市全域      |

| 全市を対象とするサービス(つづき)<br>(全店舗の実施を保証するものではありません。ご利用にあたっては各店舗へご確認ください) |          |                       |                  |                                                                                                                                            |                            |
|------------------------------------------------------------------|----------|-----------------------|------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| No.                                                              | 団体名      |                       | 問合せ先             | 内容                                                                                                                                         | 対象エリア(対象者)                 |
| 10                                                               | セブンイレブン  |                       | ・インターネット<br>・各店舗 | 弁当その他商品の宅配<br>インターネット注文<br>※各店舗の対応については、以下地区別欄をご覧ください。                                                                                     | 山形市全域                      |
| 11                                                               | ダイユーエイト  |                       | 各店舗              | 日用品等の購入品の配達<br>※各店舗の対応については、以下地区別欄をご覧ください。                                                                                                 | 山形市内<br>(往復約30km)          |
| 12                                                               | ツルハドラッグ  |                       | 各店舗              | 「とどけ～る」…店舗での購入品を有料(550円)宅配(冷蔵・冷凍・日配品を除く)。<br>※毎月15、16、17日は60歳以上の方配達無料(ポイントカード、シニアマーク提示にて)。<br>レジで相談すると、スタッフが梱包します。<br>※成人用紙おむつ1ケース単位で無料宅配。 | 山形市全域<br>(店舗ごとに異なります。各地域で) |
| 13                                                               | DCM株式会社  |                       | 各店舗              | 日用品等の購入品の配達<br>※料金詳細については、以下地区別欄の各店舗をご覧ください。                                                                                               | 山形市全域                      |
| 14                                                               | ヤマザワ     |                       | 各店舗              | 来店し購入した品物を常温で宅配(有料)<br>※各店舗の対応については、【4.日用品の配達等】のページをご覧ください。                                                                                | —                          |
| 15                                                               | 灯油配達業者一覧 |                       | タウンページ           | ガソリン店、燃料店の欄をご覧ください                                                                                                                         | 山形市全域                      |
| 地域別で日用品の購入に役立つ情報                                                 |          |                       |                  |                                                                                                                                            |                            |
| No.                                                              | 所在地      | 団体名                   | 問合せ先             | 内容                                                                                                                                         | 対象エリア(対象者)                 |
| 16                                                               | 第二       | セブニーイレブン<br>山形駅西口店    | 646-4711         | セブンミール及び通常商品の宅配                                                                                                                            | 店舗の配達範囲                    |
| 17                                                               |          | セブニーイレブン<br>山形十日町4丁目店 | 625-0711         | セブンミール及び通常商品の宅配                                                                                                                            | 店舗の配達範囲                    |
| 18                                                               |          | ツルハドラッグ上町店            | 643-0909         | 「とどけ～る」…店舗での購入品を有料(550円)宅配(冷蔵・冷凍・日配品を除く)。<br>※毎月15、16、17日は60歳以上の方配達無料(ポイントカード、シニアマーク提示にて)。<br>レジで相談すると、スタッフが梱包します。<br>※成人用紙おむつ1ケース単位で無料宅配。 | 各店舗対応の範囲                   |
| 19                                                               |          | マックスバリュ山形駅西口店         | 647-6577         | 来店し購入した品物を配達<br>ATMあり                                                                                                                      | 各店舗対応の範囲                   |
| 20                                                               |          | ヤマザワ山交ビル店             | 626-2211         | 来店し購入した品物を常温で宅配(有料)<br>5,000円以上の買い物で宅配無料                                                                                                   | 山形市・上山市・中山町・山辺町            |
| 21                                                               |          | セブニーイレブン<br>山形円応寺町店   | 625-3252         | セブンミール及び通常商品の宅配                                                                                                                            | 店舗の配達範囲                    |
| 22                                                               | 第三       | セブニーイレブン<br>山形宮町2丁目店  | 633-3335         | セブンミール及び通常商品の宅配                                                                                                                            | 店舗の配達範囲                    |
| 23                                                               |          | ツルハドラッグ山形宮町店          | 615-0788         | 「とどけ～る」…店舗での購入品を有料(550円)宅配(冷蔵・冷凍・日配品を除く)。<br>※毎月15、16、17日は60歳以上の方配達無料(ポイントカード、シニアマーク提示にて)。<br>レジで相談すると、スタッフが梱包します。<br>※成人用紙おむつ1ケース単位で無料宅配。 | 当日でなければ山形市全域               |
| 24                                                               |          | ヤマザワ宮町店               | 615-0877         | 来店し購入した品物を常温で宅配(有料)                                                                                                                        | 店舗の配達エリアのみ                 |



| 地域別で日用品の購入に役立つ情報 |     |                              |          |                                                                                                                                            |                                                      |
|------------------|-----|------------------------------|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
| No.              | 所在地 | 団体名                          | 問合せ先     | 内容                                                                                                                                         | 対象エリア(対象者)                                           |
| 25               | 第五  | コープひがしはら                     | 641-4388 | ・配達代行(有料)<br>※生もの、冷蔵品、冷凍品は不可<br>・御用聞き<br>※どちらも、午前中                                                                                         | 新山～飯田、蔵王半郷、十日町、緑町                                    |
| 26               |     | セブンイレブン<br>山形諏訪町1丁目店         | 633-5006 | セブンミール及び通常商品の宅配                                                                                                                            | 店舗の配達範囲                                              |
| 27               |     | ツルハドラッグ山形東原店                 | 615-2685 | 「とどけ～る」…店舗での購入品を有料(550円)宅配(冷蔵・冷凍・日配品を除く)。<br>※毎月15、16、17日は60歳以上の方配達無料(ポイントカード、シニアマーク提示にて)。<br>レジで相談すると、スタッフが梱包します。<br>※成人用紙おむつ1ケース単位で無料宅配。 | 当日でなければ山形市全域                                         |
| 28               | 第六  | サンドラッグ南二番町店                  | 615-7581 | 成人用紙おむつ1ケース単位で無料宅配。購入品着払いで宅配可能。                                                                                                            | 山形市全域                                                |
| 29               |     | ツルハドラッグ山形鉄砲町店                | 615-7177 | 「とどけ～る」…店舗での購入品を有料(550円)宅配(冷蔵・冷凍・日配品を除く)。<br>※毎月15、16、17日は60歳以上の方配達無料(ポイントカード、シニアマーク提示にて)。<br>レジで相談すると、スタッフが梱包します。<br>※成人用紙おむつ1ケース単位で無料宅配。 | ・当日でなければ山形市全域<br>・当日(十日町・八日町・幸町・香澄町・鉄砲町・美畑町・未広町・若葉町) |
| 30               |     | ヤマザワ松見町店                     | 631-1661 | 来店し購入した品物を常温で宅配(有料)                                                                                                                        | 店舗の配達エリアのみ                                           |
| 31               | 第七  | プロショップDayPRO下条店<br>(サンデー下条店) | 644-3030 | 配達スタッフはサンデーのDIYアドバイザーが伺い、購入商品の配達、補修・修繕・取付などのご相談も承ります。                                                                                      | 山形市全域                                                |
| 32               |     | セブンイレブン<br>山形西田1丁目店          | 646-1023 | セブンミール及び通常商品の宅配                                                                                                                            | 店舗の配達範囲                                              |
| 33               |     | セブンイレブン<br>山形北町2丁目店          | 681-7011 | セブンミール及び通常商品の宅配                                                                                                                            | 店舗の配達範囲                                              |
| 34               | 第八  | セブンイレブン<br>山形小白川町4丁目店        | 641-9330 | セブンミール及び通常商品の宅配                                                                                                                            | 店舗の配達範囲                                              |
| 35               |     | ツルハドラッグ山形小白川店                | 615-1741 | 「とどけ～る」…店舗での購入品を有料(550円)宅配(冷蔵・冷凍・日配品を除く)。<br>※毎月15、16、17日は60歳以上の方配達無料(ポイントカード、シニアマーク提示にて)。<br>レジで相談すると、スタッフが梱包します。<br>※成人用紙おむつ1ケース単位で無料宅配。 | 当日でなければ山形市全域                                         |
| 36               |     | ヤマザワあさひ町店                    | 631-1611 | 来店し購入した品物を常温で宅配(有料)                                                                                                                        | 店舗の配達エリアのみ                                           |
| 37               | 第九  | イオン山形北店                      | 682-5500 | 来店の上購入した商品について即日お届け。条件付で無料あり。                                                                                                              | 山形市内一部地域                                             |
| 38               |     | ウエルシア桧町店                     | 682-9733 | インターネット注文・宅配                                                                                                                               | 山形市全域                                                |
| 39               |     | サンデー山形北店                     | 681-3777 | 配達スタッフはサンデーのDIYアドバイザーが伺い、購入商品の配達、補修・修繕・取付などのご相談も承ります。                                                                                      | 山形市全域                                                |

| 地域別で日用品の購入に役立つ情報(つづき) |     |                      |          |                                                                                                                                              |                                                |
|-----------------------|-----|----------------------|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|
| No.                   | 所在地 | 団体名                  | 問合せ先     | 内容                                                                                                                                           | 対象エリア(対象者)                                     |
| 40                    | 第九  | ダイユーエイト山形嶋店          | 682-1188 | 来店し、購入した商品を有料(1,000円)で宅配。<br>※長尺商品、重量物は別途料金がかかります。                                                                                           | 山形市内<br>(往復約30km)                              |
| 41                    |     | ツルハドラッグ山形嶋店          | 682-1266 | 「とどけ〜る」…店舗での購入品を有料(550円)宅配(冷蔵・冷凍・日配品を除く)。<br>※毎月15, 16, 17日は60歳以上の方配達無料(ポイントカード、シニアマーク提示にて)。<br>レジで相談すると、スタッフが梱包します。<br>※成人用紙おむつ1ケース単位で無料宅配。 | 山形市全域                                          |
| 42                    |     | ツルハドラッグ馬見ヶ崎店         | 612-0371 |                                                                                                                                              | 山形市全域                                          |
| 43                    |     | ヤマザワ北町店              | 684-6331 | 来店し購入した品物を常温で宅配(有料)                                                                                                                          | 店舗の配達エリアのみ                                     |
| 44                    | 第十  | コープしろにし              | 643-0335 | ・配達代行(有料)<br>※生もの、冷蔵品、冷凍品は不可                                                                                                                 | 城西町・下条・飯塚・西田・志戸田の一部等(店舗から1〜2km圏内)              |
| 45                    |     | セブン-イレブン山形久保田3丁目店    | 646-7417 | セブンミール及び通常商品の宅配                                                                                                                              | 店舗の配達範囲                                        |
| 46                    |     | セブン-イレブン山形城西町2丁目店    | 645-1105 | セブンミール及び通常商品の宅配                                                                                                                              | 店舗の配達範囲                                        |
| 47                    |     | セブン-イレブン山形清住町3丁目店    | 645-3126 | セブンミール及び通常商品の宅配                                                                                                                              | 店舗の配達範囲                                        |
| 48                    |     | ヤマザワ清住町店             | 643-8833 | 来店し購入した品物を常温で宅配(有料)                                                                                                                          | 店舗の配達エリアのみ                                     |
| 49                    |     | ツルハドラッグ山形清住店         | 664-2453 | 「とどけ〜る」…店舗での購入品を有料(550円)宅配(冷蔵・冷凍・日配品を除く)。<br>※毎月15, 16, 17日は60歳以上の方配達無料(ポイントカード、シニアマーク提示にて)。<br>レジで相談すると、スタッフが梱包します。<br>※成人用紙おむつ1ケース単位で無料宅配。 | 当日でなければ山形市全域                                   |
| 50                    | 飯塚  | セブン-イレブン山形飯塚店        | 643-7778 | セブンミール及び通常商品の宅配                                                                                                                              | 店舗の配達範囲                                        |
| 51                    | 大郷  | セブン-イレブン山形中野店        | 681-7372 | セブンミール及び通常商品の宅配                                                                                                                              | 店舗の配達範囲                                        |
| 52                    | 金井  | セブン-イレブン山形江南2丁目店     | 681-4866 | セブンミール及び通常商品の宅配                                                                                                                              | 店舗の配達範囲                                        |
| 53                    | 蔵王  | セブン-イレブン山形飯田5丁目店     | 634-8040 | セブンミール及び通常商品の宅配                                                                                                                              | 店舗の配達範囲                                        |
| 54                    |     | セブン-イレブン山形表蔵王(有)三辻屋店 | 688-2118 | セブンミール及び通常商品の宅配                                                                                                                              | 店舗の配達範囲                                        |
| 55                    |     | セブン-イレブン山形桜田西4丁目店    | 633-0432 | セブンミール及び通常商品の宅配                                                                                                                              | 店舗の配達範囲                                        |
| 56                    |     | ツルハドラッグ成沢店           | 689-0166 | 「とどけ〜る」…店舗での購入品を有料(550円)宅配(冷蔵・冷凍・日配品を除く)。<br>※毎月15, 16, 17日は60歳以上の方配達無料(ポイントカード、シニアマーク提示にて)。<br>レジで相談すると、スタッフが梱包します。<br>※成人用紙おむつ1ケース単位で無料宅配。 | ・当日でなければ山形市全域<br>・当日でなければ山形市全域<br>・当日(桜田東、西、南) |
| 57                    |     | ツルハドラッグ山形桜田店         | 615-1056 |                                                                                                                                              |                                                |
| 58                    |     | ヤマザワ成沢店              | 689-0188 | 来店し購入した品物を常温で宅配(有料)                                                                                                                          | 店舗の配達エリアのみ                                     |

| 地域別で日用品の購入に役立つ情報(つづき) |     |                          |          |                                                                                                                                            |                                          |
|-----------------------|-----|--------------------------|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|
| No.                   | 所在地 | 団体名                      | 問合せ先     | 内容                                                                                                                                         | 対象エリア(対象者)                               |
| 59                    | 鈴川  | ウエルシア山形花楯店               | 626-5566 | インターネット注文・配送                                                                                                                               | 山形市全域                                    |
| 60                    |     | おーばん山形東店                 | 615-1234 | 購入したもの(有料)                                                                                                                                 | 山形市全域                                    |
| 61                    |     | 観光タクシー(株)                | 622-7288 | ・買い物代行<br>自宅～お店の片道メーター料金+500円<br>・お届け物+受取り物などご相談に応じます<br>※対応可能期間がありますので、直接ご相談ください。                                                         | 山形市全域                                    |
| 62                    |     | コープ鈴川センター                | 624-3440 | ・配達代行(有料)<br>※生もの、冷蔵品、冷凍品は不可                                                                                                               | 店舗から1～2km圏内                              |
| 63                    |     | セブン-イレブン<br>鈴川3丁目店       | 642-3628 | セブンミールの配達                                                                                                                                  | 店舗の配達範囲                                  |
| 64                    |     | セブン-イレブン<br>花楯2丁目店       | 633-3055 | セブンミールの配達                                                                                                                                  | 店舗の配達範囲                                  |
| 65                    |     | ダイユーエイト山形花楯店             | 625-8870 | 来店し、購入した商品を有料(1,000円)で宅配。<br>※長尺商品、重量物は別途料金がかかります。                                                                                         | 山形市内<br>(往復約30km)                        |
| 66                    |     | ツルハドラッグ五十鈴店              | 634-5995 | 「とどけ～る」…店舗での購入品を有料(550円)宅配(冷蔵・冷凍・日配品を除く)。<br>※毎月15、16、17日は60歳以上の方配達無料(ポイントカード、シニアマーク提示にて)。<br>レジで相談すると、スタッフが梱包します。<br>※成人用紙おむつ1ケース単位で無料宅配。 | ・当日でなければ山形市全域<br>・当日(鈴川ほぼ全域(店舗より2km圏内))  |
| 67                    | 滝山  | サンデー白山店                  | 633-3960 | 配達スタッフはサンデーのDIYアドバイザーが伺い、購入商品の配達、補修・修繕・取付などのご相談も承ります。                                                                                      | 山形市全域                                    |
| 68                    |     | サンデー前田店                  | 642-4120 | 配達スタッフはサンデーのDIYアドバイザーが伺い、購入商品の配達、補修・修繕・取付などのご相談も承ります。                                                                                      | 山形市全域                                    |
| 69                    |     | セブン-イレブン<br>山形中桜田3丁目店    | 633-8435 | セブンミール及び通常商品の宅配                                                                                                                            | 店舗から500m位で要相談                            |
| 70                    |     | セブン-イレブン<br>山形東青田2丁目店    | 625-0359 | セブンミール及び通常商品の宅配                                                                                                                            | 国道13号線から店舗側で店舗から3kmまで、要相談                |
| 71                    |     | セブン-イレブン<br>山形南原町1丁目店    | 633-5075 | セブンミール及び通常商品の宅配                                                                                                                            | 注文時に「宅配便で」と伝えれば可                         |
| 72                    |     | ツルハドラッグ東青田店              | 634-0990 | 「とどけ～る」…店舗での購入品を有料(550円)宅配(冷蔵・冷凍・日配品を除く)。<br>※毎月15、16、17日は60歳以上の方配達無料(ポイントカード、シニアマーク提示にて)。<br>レジで相談すると、スタッフが梱包します。<br>※成人用紙おむつ1ケース単位で無料宅配。 | 店舗より2km圏内                                |
| 73                    |     | ツルハドラッグ山形松山店             | 615-1178 | 「とどけ～る」…店舗での購入品を有料(550円)宅配(冷蔵・冷凍・日配品を除く)。<br>※毎月15、16、17日は60歳以上の方配達無料(ポイントカード、シニアマーク提示にて)。<br>レジで相談すると、スタッフが梱包します。<br>※成人用紙おむつ1ケース単位で無料宅配。 | ・当日でなければ山形市全域<br>・松山・南原町・前田町・あこや町・松波・平清水 |
| 74                    |     | ヤマザワ白山店                  | 635-2211 | 来店し購入した品物を常温で宅配(有料)                                                                                                                        | 店舗の配達エリアのみ                               |
| 75                    | 楯山  | セブン-イレブン<br>山形立谷川店       | 686-2171 | セブンミール及び通常商品の宅配                                                                                                                            | 店舗の配達範囲                                  |
| 76                    |     | セブン-イレブン<br>山形流通センター2丁目店 | 633-3020 | セブンミール及び通常商品の宅配                                                                                                                            | 店舗の配達範囲                                  |

| 地域別で日用品の購入に役立つ情報(つづき) |     |                       |          |                                                                                                                                                      |                                                                                                                            |
|-----------------------|-----|-----------------------|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| No.                   | 所在地 | 団体名                   | 問合せ先     | 内容                                                                                                                                                   | 対象エリア(対象者)                                                                                                                 |
| 77                    | 千歳  | セブン-イレブン<br>山形落合店     | 628-6280 | セブンミール及び通常商品の宅配                                                                                                                                      | 店舗の配達範囲                                                                                                                    |
| 78                    |     | DCM落合店                | 626-5733 | ・配達料:最低2,200円～<br>(商品のサイズ、重量により料金追加の場合あり)<br>・当社指定日時のお届け<br>・無料貸し出し軽トラック有り<br>(当店にてお買上げいただいた商品(大型商品、<br>長尺物、重量物等)の運搬に限る、最大90分)                       | 山形市全域                                                                                                                      |
| 79                    |     | エンドー                  | 681-7711 | 3,000円以上の購入で宅配(無料)<br>13時までのご注文で翌日お届け                                                                                                                | 山形市全域                                                                                                                      |
| 80                    | 出羽  | セブン-イレブン<br>山形漆山バイパス店 | 687-2866 | セブンミール及び通常商品の宅配                                                                                                                                      | 店舗の配達範囲                                                                                                                    |
| 81                    |     | ヤマザワ漆山店               | 681-8441 | 来店し購入した品物を常温で宅配(有料)                                                                                                                                  | 店舗の配達エリアのみ                                                                                                                 |
| 82                    | 東沢  | カワサキヤ                 | 629-2032 | ・東沢圏域への個別宅配、要相談<br>・9, 10月は休み。                                                                                                                       | 火→滑川・新山・関沢<br>方面<br>木→宝沢方面                                                                                                 |
| 83                    |     | セブン-イレブン<br>山形蔵王インター店 | 625-1064 | セブンミールの配達                                                                                                                                            | 店舗の配達範囲                                                                                                                    |
| 84                    | 南沼原 | イオン山形南店               | 647-2221 | ネット注文、宅配                                                                                                                                             | 山形市全域                                                                                                                      |
| 85                    |     | セブン-イレブン<br>山形高堂2丁目店  | 644-5574 | セブンミール及び通常商品の宅配                                                                                                                                      | 店舗の配達範囲                                                                                                                    |
| 86                    |     | セブン-イレブン<br>山形松栄1丁目店  | 646-3498 | セブンミール及び通常商品の宅配                                                                                                                                      | 店舗の配達範囲                                                                                                                    |
| 87                    |     | セブン-イレブン<br>山形南館3丁目店  | 646-2024 | セブンミール及び通常商品の宅配                                                                                                                                      | 店舗の配達範囲                                                                                                                    |
| 88                    |     | セブン-イレブン<br>山形富の中店    | 645-0046 | セブンミール及び通常商品の宅配                                                                                                                                      | 店舗の配達範囲                                                                                                                    |
| 89                    |     | ツルハドラッグ山形深町店          | 647-6268 | 「とどけ～る」…店舗での購入品を有料(550円)<br>宅配(冷蔵・冷凍・日配品を除く)。<br>※毎月15, 16, 17日は60歳以上の方配達無料<br>(ポイントカード、シニアマーク提示にて)。<br>レジで相談すると、スタッフが梱包します。<br>※成人用紙おむつ1ケース単位で無料宅配。 | ・当日でなければ山<br>形市全域<br>・当日(富の中・深町・<br>南館・三つ江・柳原・<br>吉原・吉原南・若宮・<br>南栄町・白山・南一番<br>町・南二番町・南三番<br>町・南四番町・元木・<br>桜田西・桜田東・桜田<br>南) |
| 90                    |     | ツルハドラッグ山形吉原店          | 647-7885 |                                                                                                                                                      | ・当日(南館・富の中・<br>吉原・若宮・深町・吉<br>原南・南栄町・南一番<br>町・南二番町・南三番<br>町・南四番町・白山・<br>元木・桜田東・桜田<br>西・桜田南)                                 |
| 91                    |     | DCM南館店                | 646-7566 | ・配達料:最低2,200円～<br>(商品のサイズ、重量により料金追加の場合あり)<br>・当社指定日時のお届け<br>・無料貸し出し軽トラック有り<br>(当店にてお買上げいただいた商品(大型商品、<br>長尺物、重量物等)の運搬に限る、最大90分)                       | 山形市全域                                                                                                                      |
| 92                    |     | ヤマザワ富の中店              | 645-2611 | 来店し購入した品物を常温で宅配(有料)                                                                                                                                  | 店舗の配達エリアのみ                                                                                                                 |
| 93                    | 南山形 | ヤマザワ蔵王駅前店             | 688-5511 | 来店し購入した品物を常温で宅配(有料)                                                                                                                                  | 店舗の配達エリアのみ                                                                                                                 |

## 5.見守り・安否確認に 役立つ情報等

気にかけてくれる人が  
近くにいると心強い。

誰か時々顔を  
出してくれないかなあ。



一人暮らしだけど  
もしもの時大丈夫だろうか。

| 山形市全域を対象とした制度・サービス等 |                                       |                              |                                                                                                                                                                                                                                                |
|---------------------|---------------------------------------|------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| No.                 | 団体名                                   | 問合せ先                         | 内容                                                                                                                                                                                                                                             |
| 1                   | 愛の一声運動                                | 641-1212<br>(山形市長寿支援課長寿福祉係)  | 65歳以上の一人暮らしの方で、健康面に不安がある方に対し、ヤクルト配達を通して見守りを行っています                                                                                                                                                                                              |
| 2                   | ALSOK山形株式会社                           | 647-5510                     | 屋内：高齢者の「いつも」と「もしも」を見守る緊急通報サービス。ボタンを押すとガードマンがご自宅に駆けつけます。<br>屋外：専用携帯電話を持ち歩くことでGPSを利用し位置検索が可能。万一の事態にガードマンが駆けつけることも可能です。                                                                                                                           |
| 3                   | 山形市緊急通報システム事業                         | 641-1212<br>(山形市長寿支援課長寿福祉係)  | 一人暮らしの高齢者で疾病のために日常生活に注意を要する方に対し、緊急通報装置を設置することにより、緊急対応を行います。また、定期的な安否確認を行い、在宅生活を支援します。<br>※利用条件があります。お問い合わせください。                                                                                                                                |
| 4                   | CO-OP 生活協同組合 共立社                      | 0120-916-244                 | 個人宅配の配達の際、本人と会えたかどうかの安否確認を家族にメールでお知らせします。                                                                                                                                                                                                      |
| 5                   | 緊急通報システム<br>(セコム)                     | 644-4110<br>(セコム株式会社 山形統轄支社) | 急な発病や発作、ケガなどの際に、専用端末の簡単な操作でセコムのコントロールセンターへ異常信号を送信。安全のプロが駆けつけます。<br>※オプションで火災監視・ガスもれ監視・安否見守りサービスもお申し込みいただけます。                                                                                                                                   |
| 6                   | (株)ソルクシーズ<br>見守り支援システム<br>「いまイルモ」     | 03-6722-5716                 | 離れて暮らす家族を、プライバシーを守りながらも複数のセンサーで同居しているかのように見守れる見守り支援システム。スマホやPCでいつでもどこからでも生活の様子の確認ができ、安否確認や熱中症対策に役立つ通知機能で安心して日々の生活を送れます。                                                                                                                        |
| 7                   | 訪問看護師による健康みまもり<br>(山形県看護協会訪問看護ステーション) | 685-8061<br>(訪問看護ステーションやまがた) | 看護師が月1回自宅を訪問し、健康状態のチェックや健康相談を行い、ご家族への連絡、報告を行います。個別サービスとして、緊急時の訪問や受診支援(医師に病状を伝える等のサポート)も行います。<br>・基本：5,000円/月1回30分(交通費別途)<br>・個別：緊急訪問(5,000円/1回) 受診支援(3,000円/1回)                                                                                |
| 8                   | オーラ<br>(岡崎医療株式会社)                     | 0120-305-538                 | ・スタッフがご自宅へ訪問し、安否確認を行います。<br>・別途ご契約のクラウド型睡眠見守りシステム『まもる～のHOME』は睡眠・離床・室温等の部屋の環境をセンサーで計測し、離れた場所にいるご家族にお知らせします。異常があれば24時間メールで通知いたします。〈訪問×システム〉ダブルの見守りで安心をお届けいたします。                                                                                  |
| 9                   | 誠屋株式会社                                | 616-6180                     | 配食サービスの際、お弁当を直接手渡しで行い、安否確認ができます。お弁当を注文いただかなくても275円(税込み)(1回分)でご自宅に訪問し、安否確認だけでも承ります。                                                                                                                                                             |
| 10                  | ヤマト運輸株式会社                             | 0120-545425                  | ・ご自宅の電球と交換するだけ<br>LED電球と通信機能が一体になった(ハローライト)が点灯/消灯を前日朝9:00～当日朝8:59の間計測し見守ります。<br>・メールでお知らせ<br>電球に点灯/消灯の動きが無い場合、事前に設定した通知先へ当日朝9:00～朝10:00にメールでお知らせします。<br>・訪問確認と地域連携<br>異常時には通知先のご依頼に応じてスタッフが設置先を訪問。必要に応じて地域包括支援センター等へ通報します。<br>月額利用料：1,078円(税込) |



| 山形市全域を対象とした制度・サービス等(つづき) |                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                              |
|--------------------------|-------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 11                       | 郵便局のみまもりサービス<br>(みまもり訪問サービス)  | 0120-23-28-86<br>(もしくはお近くの郵便局へご相談ください)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | ・月1回、郵便局社員などがご利用者宅などへ直接訪問し、ご家族などに生活状況をご連絡します。<br>・月額2,500円(税抜)                                               |
| 12                       | 郵便局のみまもりサービス<br>(みまもりでんわサービス) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | ・毎日お電話(自動音声)で体調確認を行い、確認した内容はご家族などにメールでご連絡します。<br>・固定電話:月額980円(税抜)<br>・携帯電話:月額1,180円(税抜)                      |
| 13                       | 郵便局のみまもりサービス<br>(駆けつけサービス)    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | ・もしもの時には、ご家族からの要請に応じて警備会社にご利用者宅に駆けつけます。<br>※訪問サービス・でんわサービスのオプションとして、別途警備会社と契約を締結いただく必要があります。<br>・月額800円(税抜)～ |
| 14                       | その他                           | 家事支援ページ参照                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | その他、家事支援ページに記載<br>「家事支援」一覧の事業所でもご相談が可能です。                                                                    |
| 民生委員児童委員・福祉協力員活動         |                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                              |
| 15                       | 第一                            | <p>あなたのまちの身近な相談相手・見守り活動</p> <p><b>民生委員児童委員は・・・</b></p> <p>地域住民を支援するため厚生労働大臣から委嘱され、準公務員として活動しています。担当地区を持ち、地域住民の見守りや支援を行うことで地域福祉の推進を担います。<br/>市内30地区ごとに、地区民生委員児童委員協議会を組織し、活動しています。<br/>福祉の問題(高齢者・障がい者・児童など援助が必要な方に関するもの)でご相談がありましたらお気軽に近くの民生委員児童委員にお尋ねください。</p> <p>お問い合わせは 山形市生活福祉課(☎641-1212)</p>                                                                                                                                                                                                                | 第一地区                                                                                                         |
| 16                       | 第二                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 第二地区                                                                                                         |
| 17                       | 第三                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 第三地区                                                                                                         |
| 18                       | 第四                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 第四地区                                                                                                         |
| 19                       | 第五                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 第五地区                                                                                                         |
| 20                       | 第六                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 第六地区                                                                                                         |
| 21                       | 第七                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 第七地区                                                                                                         |
| 22                       | 第八                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 第八地区                                                                                                         |
| 23                       | 第九                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 第九地区                                                                                                         |
| 24                       | 第十                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 第十地区                                                                                                         |
| 25                       | 飯塚                            | <p><b>福祉協力員は・・・</b></p> <p>町内会長より選任され各地区社会福祉協議会会長の推薦により山形市社会福祉協議会から委嘱され、ボランティアとして活動しています。<br/>市内30地区において約50世帯に一人の割合で配置され、担当町内の町内会役員・民生委員児童委員などと連携し種々の福祉サービスにつないだり住民同士で助け合っていく仕組み(小地域福祉ネットワーク)づくりを行っています。<br/>身近な相談相手として、65歳以上の方がいる世帯に対し普段の暮らしの中でできる範囲での見守り活動を行うほか、訪問し本人及びご家族等に福祉情報を提供しています。</p> <p>お問い合わせは 山形市社会福祉協議会 福祉のまちづくり係(☎645-8061)</p> <p>※必要に応じて心配な方の状況に合わせた個別の見守りや支援に向けた、つながりづくりのために、隣近所に見守り・声かけ等の協力を呼びかける場合がございます。ぜひご協力ください。</p> <p>地域による見守りに関するお問い合わせは<br/>☎:023-645-8061(山形市社会福祉協議会 福祉のまちづくり係)</p> | 飯塚地区                                                                                                         |
| 26                       | 大郷                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 大郷地区                                                                                                         |
| 27                       | 大曽根                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 大曽根地区                                                                                                        |
| 28                       | 金井                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 金井地区                                                                                                         |
| 29                       | 樺沢                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 樺沢地区                                                                                                         |
| 30                       | 蔵王                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 蔵王地区                                                                                                         |
| 31                       | 鈴川                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 鈴川地区                                                                                                         |
| 32                       | 高瀬                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 高瀬地区                                                                                                         |
| 33                       | 滝山                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 滝山地区                                                                                                         |
| 34                       | 楯山                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 楯山地区                                                                                                         |
| 35                       | 千歳                            | <p>お問い合わせは 山形市社会福祉協議会 福祉のまちづくり係(☎645-8061)</p> <p>※必要に応じて心配な方の状況に合わせた個別の見守りや支援に向けた、つながりづくりのために、隣近所に見守り・声かけ等の協力を呼びかける場合がございます。ぜひご協力ください。</p> <p>地域による見守りに関するお問い合わせは<br/>☎:023-645-8061(山形市社会福祉協議会 福祉のまちづくり係)</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 千歳地区                                                                                                         |
| 36                       | 出羽                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 出羽地区                                                                                                         |
| 37                       | 西山形                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 西山形地区                                                                                                        |
| 38                       | 東沢                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 東沢地区                                                                                                         |
| 39                       | 南沼原                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 南沼原地区                                                                                                        |
| 40                       | 南山形                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 南山形地区                                                                                                        |
| 41                       | 村木沢                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 村木沢地区                                                                                                        |
| 42                       | 明治                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 明治地区                                                                                                         |
| 43                       | 本沢                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 本沢地区                                                                                                         |
| 44                       | 山寺                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 山寺地区                                                                                                         |





## 6. 雪かきに役立つ情報

足腰が弱って  
雪かきができなくな  
ってきた。

できる範囲では  
がんばっているけれど…

冬場のいちばんの  
困りごとは何と言っても  
雪かき。



| 地域独自の取り組み                                                                                  |     |                        |                             |                                                        |                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----|------------------------|-----------------------------|--------------------------------------------------------|------------------------------|
| No.                                                                                        | 地区名 | 団体名                    | 問合せ先                        | 内容                                                     | 対象エリア<br>(対象者)               |
| 1                                                                                          | 南沼原 | ずっともっと南沼原              | 645-8061<br>(山形市社協)         | ちょっとした支援活動のひとつとして個人<br>宅の除雪                            | 南沼原地区内の<br>高齢者・障がい<br>者      |
| 2                                                                                          |     | かえるの会                  | 080-7844-5901<br>(かえるの会事務局) | 除雪                                                     | 高堂及び近隣町<br>内の高齢者など           |
| 3                                                                                          | 村木沢 | 若木にこにこ応援隊              | 645-8061<br>(山形市社協)         | 除雪                                                     | 若木町内会                        |
| 4                                                                                          | 東沢  | 上宝沢あおぞら応援隊             | 645-8061<br>(山形市社協)         | 主に高齢者や障がいをお持ちの方のご自<br>宅の玄関から生活道路までの除雪(20分<br>以内でできる範囲) | 上宝沢町内                        |
| 助け合い団体や企業による支援                                                                             |     |                        |                             |                                                        |                              |
| No.                                                                                        | 所在地 | 団体名                    | 問合せ先                        | 内容                                                     | 対象エリア<br>(対象者)               |
| 5                                                                                          | 第一  | ソーシャルサービス協会            | 632-7332                    | 除雪                                                     | 山形市全域                        |
| 6                                                                                          | 第二  | NPO法人わたげの会             | 644-4875                    | 除雪                                                     | 山形市全域                        |
| 7                                                                                          | 第八  | NPO法人<br>グローバル福祉サービス   | 674-9533                    | 除雪                                                     | 山形市全域                        |
| 8                                                                                          | 第十  | NPO法人<br>エッセンシャルケアセンター | 679-4221                    | 除雪                                                     | 山形市全域<br>(所在地から遠い<br>地区は要相談) |
| 9                                                                                          | 滝山  | NPO法人ふれあいにこに<br>この丘    | 631-5015                    | 除雪                                                     | 山形市全域<br>(所在地から遠い<br>地区は要相談) |
| 10                                                                                         | 楯山  | コープくらしのたすけあいの<br>会     | 686-6284                    | 除雪                                                     | 山形市全域<br>(組合員を対象<br>に簡単な除雪)  |
| 11                                                                                         | 出羽  | ティスコホームサービス            | 686-9860                    | 除雪                                                     | 山形市全域                        |
| 12                                                                                         | 出羽  | 街の介護屋さんピース             | 674-6974                    | 除雪                                                     | 山形市全域                        |
| 13                                                                                         | 山形市 | 市役所広報課等                | 645-8061<br>(生活支援コーディネーターへ) | 除雪作業、一斉除排雪への補助                                         | 山形市全域                        |
| 広報やまがた(令和4年12月15日号)に間<br>口の除排雪業者の一覧が掲載されていま<br>す。 ※お問い合わせは山形市(641-<br>1212) 防災対策課(380~384) |     |                        | 検索ワード                       | 広報やまがた 令和4年12月15日号                                     |                              |

○中学生・高校生による雪かき支援について

…山形市社会福祉協議会では、学校と地域の福祉関係者が連携する場づくりを行っています。毎年、地域と進めるちょっとした支援の一環として、「誰かの役に立ちたい」「地域のお手伝いをしたい」という中学生や高校生たちが、除雪活動に取り組んでいます。

【実施している中学校】

山形市立第一中学校、山形市立第二中学校、山形市立第三中学校(三中登録ボランティア)、山形市立第五中学校、山形市立第八中学校、山形市第十中学校

【実施している高校】

山形学院高等学校(小さな親切の会)、山形県立山形工業高等学校、山形県立山形東高等学校、山形県立山形南高等学校、山形県立山形中央高校、山形県立山形西高等学校(西高スコッパーズ)、山形城北高等学校、山形県立山形北高等学校、山形市立商業高等学校、惺山高等学校、東海大学山形高等学校、山形明正高等学校、日本大学山形高等学校

【活動の様子】



対象エリア(対象者)や時間等は、毎年打ち合わせを行い検討しています。  
お問い合わせ→645-8061(山形市社会福祉協議会)

## 7. おでかけの場

※感染症の拡大防止等により、活動を中止している場合があります。事前にご確認ください。

※引き続き感染症対策を意識し活動しましょう。

体操がしたいけど  
近くで気軽に行ける  
場所あるかな？

日中家族は  
出かけていないから  
楽しみがあるといいな。



一人暮らしだし  
話せる仲間が  
いるといいな...

気楽にお茶飲みしながら  
話せる仲間ができるといいな。

### ふれあいいいききサロン

○ふれあいいいききサロンの目的は...

...住民同士の交流、生きがいや仲間づくりの輪を広げることで孤立防止を目的とし、ひとり暮らしによる閉じこもりや孤独感の解消、子育ての悩みや不安の解消を図ります。

○ふれあいいいききサロンの内容は...

...お茶のみ懇談・レクリエーション・健康体操・講座企画など、決まりはなく、参加者同士で自由に決めます。

○お問い合わせ先:山形市社会福祉協議会 福祉のまちづくり係 ☎ 645-8061

| No. | 地区名 | 実施町内<br>(町内会／自治会の表記は省略。名称表記はサロン申請の届出に準ずる)                                                                       |
|-----|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1   | 第一  | 桜町一区、桜町二区、本町、香澄町一区、南桜木、木の実5区、木の実4区、七日町3区、木の実2区、木の実1区                                                            |
| 2   | 第二  | 五日町一区、五日町三区、D`グラフォート十日町タワー、二日町、吹張、双葉、第二地区全域                                                                     |
| 3   | 第三  | 宮町1区、宮町2区、宮町4区、宮町5区、宮町6区、宮町7区、宮町8区、宮町9区、宮町10区、宮町11区、宮町12区、宮町13区、薬師町2区、薬師町3区、薬師町住宅、鍛冶町、あゆみ会、銅町、ネオハイツ、第三地区合同、銅町住宅 |
| 4   | 第四  | 小橋町、小鯨二区、庚申堂一区、庚申堂二区、六日町一区、六日町二区、六日町三区、六日町五区、北斗会、旅籠町四区、旅籠町新道会、八幡石                                               |
| 5   | 第五  | 小姓町三区、あこや町2丁目、東原4区、松波一丁目、あこや町3丁目                                                                                |
| 6   | 第六  | あずま町団地、南町、南栄町、荒楯町、十日町三、鉄砲町一区、鉄砲町二区、鉄砲町三区、鉄砲町四区、鉄砲町五区、鉄砲町六区、三日町一区、小荷駄町三区、美畑町、未広一区、未広1,2A,2B,3区、未広3区              |
| 7   | 第七  | 城西二区、肴町一区、下条町第一、西田五丁目、西下条、西中央、北山形、肴町二区、下条町第二、下条町第四、下条町第五、北町、城北、清水町、下条町番匠、西田二丁目、西田三丁目、清江町、皆川                     |
| 8   | 第八  | 小白川5区、小白川2区南、松波二丁目、小白川2区、松原アパート                                                                                 |
| 9   | 第九  | 馬見ヶ崎、桧町3丁目、桧町4丁目、県営桧町住宅、嶋北                                                                                      |
| 10  | 第十  | 城南東部親交会、城南むつみ、霊石、春日町、清住町、城西一区、城西三区、久保田一丁目、久保田二丁目、久保田三丁目、あかねヶ丘一丁目、やよい                                            |
| 11  | 飯塚  | 飯塚12区、交遊サロン20日会(送迎有)、飯塚6区・7区・8区、飯塚5区・6区・9区・15区、飯塚コミセン(地域全域対象)                                                   |
| 12  | 大郷  | 船町、天神町                                                                                                          |
| 13  | 大曽根 | 大曽根地区全体、滝平、上反田                                                                                                  |
| 14  | 金井  | 志戸田、陣場、新江俣、嶋南、内表、荒屋敷、吉野宿、江南四丁目                                                                                  |
| 15  | 榎沢  | 西原、下榎沢、上榎沢                                                                                                      |

| ふれあいいきいきサロン(つづき)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |     |                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 16                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 蔵王  | 成沢第五、上野、成沢第六、桜田南、飯田、成沢第二、半郷第四、山田、飯田団地、半郷、桜田東、桜田西                                                            |
| 17                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 鈴川  | 山家本町・沼の辺町・沼の辺西の三町内会、鷺の森、鈴川地区、垂松、高原第二、表宿第一、花楸第一、大野目6、双月、印役8花楸2                                               |
| 18                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 高瀬  | 清水、中里、上鷲の木、大森、休石、二本堂、平石水、下切畑                                                                                |
| 19                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 滝山  | 小立、平清水1丁目・小立2、3丁目、岩波、八森、土坂・神尾・萩の倉、上桜田、中桜田、東青田一区、東青田二区、青田第1・2、南ヶ丘、元木、鳥居ヶ丘、南原町1、南原二丁目、南原三丁目、松山一丁目、福の神、南ヶ丘アパート |
| 20                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 楯山  | 風間、十文字、楯山地区全体、青野、新開、青柳、風間6区                                                                                 |
| 21                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 千歳  | 長町二、長町5・6・7区、泉町、千歳地区                                                                                        |
| 22                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 出羽  | 七浦、出羽29区、緑ヶ丘、出羽10区、志村、出羽22区、漆山中央、出羽23区、千手堂、曙町、出羽18区、第7高砂会                                                   |
| 23                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 西山形 | 西山形地区、川原、上丁、門伝、七つ松、八幡上、礪石、萩の窪、門伝下、嶋、中丁                                                                      |
| 24                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 東沢  | 上宝沢、滑川住宅、千歳ヶ丘、釈迦堂、下宝沢、防原町、妙北、東沢全域                                                                           |
| 25                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 南沼原 | 南館1、高堂、南館3、深町、南館5、南館西、東前明石、吉原、沼木中、沼木下、沼木新町、沼木パークタウン、第2沼木パークタウン、あかねヶ丘2、あかねヶ丘3、籠田3                            |
| 26                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 南山形 | 南山形住宅、松原、黒沢、県分住宅、市営住宅、県営住宅、蔵王駅前、片谷地、蔵王第二団地、みはらしの丘、上谷柏、津金沢                                                   |
| 27                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 村木沢 | 上宿、中宿、下宿、長岡、若木、悪戸、佐野・的場・金沢・あじさい、咲久楽、山王                                                                      |
| 28                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 明治  | 田中、三条目、明治地区全体、赤坂                                                                                            |
| 29                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 本沢  | 菅沢、二位田、菅沢、本沢地区全体、出倉、川原、すげさわの丘、湯田、漆房                                                                         |
| 30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 山寺  | 芦沢、川原町・南院、馬形、所部、千手院                                                                                         |
| 体操の場（開催頻度／体操の種類に関係なく掲載しています）                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |     |                                                                                                             |
| <p>○体操の場(名称はそれぞれで異なります。)</p> <p>…体操をすれば良いのはわかっているけれど、一人ではなかなか続かない…。</p> <p>そんな仲間が集まって皆で体操をしています！→ 体操の詳細は次ページへ。</p> <p>○体操の種類 …体操は様々。ラジオ体操や花の山形！しゃんしゃん体操、いきいき百歳体操等</p> <p>◇花の山形！しゃんしゃん体操 →花笠音頭にあわせた、椅子に座ったままでできるロコモ予防体操です。</p> <p>◇いきいき百歳体操 →椅子に座ったまま簡単にできる筋力トレーニング体操です。DVDを見ながらできるので、講師いらず！</p> <p>◇居間から百歳体操<br/>→いきいき百歳体操を参考に、畳の上でもできる筋力トレーニング体操です。<br/>DVDを見ながらできるので、講師いらず！</p> <p style="text-align: center;">こちらの二次元コードからYouTubeでご覧になれます→</p> <p>○お問い合わせ先:山形市社会福祉協議会 福祉のまちづくり係 ☎ 645-8061</p> |     |                                                                                                             |
| No.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 地区名 | 実施町内(もしくは機関名)                                                                                               |
| 31                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 第一  | 第一地区(中央公民館)、篠田総合病院リハビリセンター、至誠堂総合病院、本町、香澄町一区                                                                 |
| 32                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 第二  | 第二地区(西部公民館)、双葉町、Dグラフォートタワーマンション                                                                             |
| 33                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 第三  | 宮町1区、宮町2区、宮町5区、宮町7区、宮町8区、薬師町2区、薬師町3区、薬師町住宅、あゆみ会、銅町住宅、ネオハイツ、第三地区合同(宮4、宮6、宮9、宮11、その他)                         |
| 34                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 第四  | 北斗会、六日町3区、六日町5区、六日町あいあい、小橋町、庚申堂1区、庚申堂2区、八幡石                                                                 |
| 35                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 第五  | とこしえあこや町                                                                                                    |
| 36                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 第六  | 南町、鉄砲町、荒楯町、三日町、小荷駄町、南栄町、末広町、若葉町                                                                             |

| No.                                     | 地区名 | 実施町内(もしくは機関名)                                                                                    |                                    |                                                                                |                                                |
|-----------------------------------------|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|
| 37                                      | 第七  | 肴町一区、肴町二区、城北町、下条町第四、下条町第二、西田五丁目、西下条、北町、清江町、清水町、江南公民館、西中央、城西二区、西田二丁目、西田三丁目、下条町番匠、北山形、皆川           |                                    |                                                                                |                                                |
| 38                                      | 第八  | 東部公民館                                                                                            |                                    |                                                                                |                                                |
| 39                                      | 第九  | グランドホーム榎の木(主に桧町一丁目)、県営桧町住宅(県住・桧町四丁目)                                                             |                                    |                                                                                |                                                |
| 40                                      | 第十  | 城南東部親交会、城南むつみ、霊石、春日町、清住町、城西一区、城西三区、久保田一丁目、久保田二丁目、久保田三丁目、あかねヶ丘一丁目、やよい                             |                                    |                                                                                |                                                |
| 41                                      | 飯塚  | 飯塚コミセン、飯塚住宅集会所(飯塚6・7・8区)、生活改善センター(飯塚5・6・9・15区)                                                   |                                    |                                                                                |                                                |
| 42                                      | 大郷  | 西中野、船町、いきいきの郷、今塚                                                                                 |                                    |                                                                                |                                                |
| 43                                      | 金井  | 内表生活改善センター、江南4丁目朋遊館、金井コミセン、新江俣会館、嶋南集会所、陣場瀬波会館、鮎洗公民館、吉野宿三堂                                        |                                    |                                                                                |                                                |
| 44                                      | 樺沢  | 上樺沢、西原、下樺沢                                                                                       |                                    |                                                                                |                                                |
| 45                                      | 蔵王  | 桜田東、半郷、飯田、福寿乃郷、蔵王コミセン、元木公民館、月のひかり、桜ガーデン                                                          |                                    |                                                                                |                                                |
| 46                                      | 鈴川  | グループホーム鈴川、鈴川交流センター、鈴川コミセン、垂松集会所、印役連合花楸集会所、表宿第一                                                   |                                    |                                                                                |                                                |
| 47                                      | 滝山  | 小立、上桜田、元木、南ヶ丘、平清水、神尾、土坂、萩の倉、青田第1・第2、元木公民館、南原1丁目、八森、松山2・3、東青田二区、暖家2号館、もときデイサービス、滝山なごみの里、ソーレホーム中桜田 |                                    |                                                                                |                                                |
| 48                                      | 千歳  | 千歳コミセン、泉町集会所、北部向陽園、ふれあいの家、いずみケアセンター、済生病院                                                         |                                    |                                                                                |                                                |
| 49                                      | 出羽  | 幸町公民館、伊達城公民館、漆山中央、千手堂、出羽コミセン                                                                     |                                    |                                                                                |                                                |
| 50                                      | 東沢  | 上宝沢、滑川住宅、東沢コミセン                                                                                  |                                    |                                                                                |                                                |
| 51                                      | 南沼原 | 高堂、南館3、深町、南館5、富の中、沼木上、沼木中、沼木パークタウン、湖山ケアセンター、はなみずき、吉原、らくせいホール南館(南館1、あかねヶ丘3、竈田3)、あかねヶ丘2            |                                    |                                                                                |                                                |
| 52                                      | 明治  | 明治コミセン                                                                                           |                                    |                                                                                |                                                |
| 53                                      | 南山形 | 南山形コミセン                                                                                          |                                    |                                                                                |                                                |
| 54                                      | 村木沢 | 村木沢コミセン                                                                                          |                                    |                                                                                |                                                |
| 55                                      | 大曽根 | 大曽根コミセン                                                                                          |                                    |                                                                                |                                                |
| 56                                      | 西山形 | 西山形コミセン                                                                                          |                                    |                                                                                |                                                |
| 子ども食堂／地域食堂<br>(食を通して、つながりづくりを行う取り組みです。) |     |                                                                                                  |                                    |                                                                                |                                                |
| No.                                     | 地区名 | 団体名                                                                                              | 問合せ先                               | 内容                                                                             | 対象                                             |
| 57                                      | 第一  | 地域食堂<br>みんなのひろば「えがお」                                                                             | 090-7933-1148<br>(グループえがお:代表沖津)    | 食事等<br>・毎月第2・4(木)<br>午後4時開場、午後6時食事<br>・ほほえみデイセブ日町にて開催。                         | 子どもから大人までどなたでも                                 |
| 58                                      |     | 月一ランチカフェ<br>「逢いの蔵」                                                                               | 622-6764<br>(ボランティアおもだか:堀川)        | 食事を一緒に作って食べる<br>・毎月第2(火)10時～13時<br>・500円                                       | 主に近隣住民など                                       |
| 59                                      | 第三  | わたげ銅町<br>(NPO法人<br>山形わたげの会)                                                                      | 644-4870<br>(山形わたげの会)              | 月・火・木・金(祝日は休み)<br>・300円 12:00～<br>・10時までに申し込み                                  | 山形市全域                                          |
| 60                                      | 第五  | 子ども食堂 ういずゆう                                                                                      | 地区有志ボランティア<br>023-623-7816(鈴木)     | 毎月第2・第4木曜日<br>午後3時開場<br>午後5時～いただきます                                            | 子ども 近隣の高齢者                                     |
| 61                                      | 第五  | コープひがしはら<br>「みんなの食堂」                                                                             | 0120-916-244<br>生協共立社コールセンター       | ・コープひがしはらセンター2階ホール<br>・毎月第1火曜日(1日の場合は第2に変更)<br>・お昼12時～13時<br>・中学生未満は無料、中学生200円 | 子どもから大人までどなたでも                                 |
| 62                                      | 第六  | 陽だまり子ども食堂                                                                                        | 622-4775<br>(山形地域福祉事業所 陽だまり)       | 毎月第3水曜日<br>午後6時30分～陽だまりにて開催                                                    | 山形県ひとり親家庭福祉会に陽だまりが協力。子ども・保護者・地域の高齢者<br>※要事前問合せ |
| 63                                      | 第八  | 地域食堂「楽(らく)」                                                                                      | 「山形てのひら支援ネット」<br>080-3192-5915(岡部) | 毎月2回<br>午後4時30分～午後7時<br>大人100円～<br>詳しくはお問合せください                                | 子どもと保護者及び近隣の高齢者                                |



| 子ども食堂／地域食堂(つづき)                                                                  |             |                      |                                              |                                                                                                                                                         |                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------|-------------|----------------------|----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|
| No.                                                                              | 地区名         | 団体名                  | 問合せ先                                         | 内容                                                                                                                                                      | 対象                                |
| 64                                                                               | 第十          | コープしろにし<br>「みんなの食堂」  | 0120-916-244<br>生協共立社コールセンター                 | ・コープ城西2階にて<br>・毎月第四水曜日<br>(午後6時～午後7時)<br>未就学児：無料、小学生：100円、中学生以上：300円(高齢者も300円)                                                                          | 子どもから大人までどなたでも                    |
| 65                                                                               | 第十          | 大人の朝活＆子供のための朝ごはん食堂すず | 090-3756-7046                                | 毎週(火)(土)7:00～8:30<br>※12月～3月までは(土)のみ<br>未就学児無料、小学生100円、中学生200円、高校生以上300円                                                                                | 子どもから大人までどなたでも                    |
| 66                                                                               | 蔵王          | 成沢みんなの食堂             | 645-8061<br>(生活支援コーディネーターへ)                  | ・成沢公民館<br>・毎月第4(金)<br>コロナで弁当配布(R5. 10時点)                                                                                                                | 子どもから大人までどなたでも                    |
| 67                                                                               | 蔵王          | 地域食堂Ohana            | 080-5575-1271(伊藤)<br>※1週間前まで要申し込み            | ・「エ・アロー」桜田西2-5-12にて<br>・毎月第2・第4(火)16:30～19:00<br>・参加費無料(協力可能な方は募金箱へ)<br>・定員：10名程度                                                                       | 子ども・保護者・地域の方どなたでも                 |
| 68                                                                               | 鈴川          | 地域食堂<br>みんなの食堂「おかわり」 | 080-3143-4564<br>(「おかわりキッズやまがた」：木村)          | ・食事・学習支援<br>・第2・4(土)16時開場、18時食事<br>・鈴川コミュニティセンター                                                                                                        | 子どもからお年寄りまで                       |
| 69                                                                               | 出羽          | ゆうやけ食堂               | 080-1840-2107<br>(ヤングフレッシュバにばな)：横山)          | ・毎月第2金曜日または土曜日<br>16:30～18:15(17:30～会食)<br>・ランチ会の時もあります<br>・参加費：子ども無料、大人200円<br>・出羽コミュニティセンター                                                           | 子ども、地域の方 定員20名                    |
| 70                                                                               | 南沼原         | 沼木にぎわい食堂             | 070-8986-8050<br>(代表鬼島までショートメール)             | ・毎月第1・第3木曜日<br>・300円(幼児無料)<br>・17時30分～会食                                                                                                                | 子どもと保護者及び高齢者、共働きの方もOK             |
| 老人福祉センター                                                                         |             |                      |                                              |                                                                                                                                                         |                                   |
| 各種相談、健康増進、教養講座の開催等、高齢者福祉の増進を目的とした施設です。<br>施設によっては、浴場、ゲートボール場、送迎があります。→ 詳しくはp.7参照 |             |                      |                                              |                                                                                                                                                         |                                   |
| 山形市老人クラブ連合会                                                                      |             |                      |                                              |                                                                                                                                                         |                                   |
| No.                                                                              | 団体名         |                      | 問合せ先                                         | 内容                                                                                                                                                      | 対象                                |
| 71                                                                               | 山形市老人クラブ連合会 |                      | 674-8127                                     | ・お近くの老人クラブの紹介等<br>・趣味やサークル活動のほか談話やお茶のみ会等<br>※囲碁・将棋の盤が常設されています。<br>場所：山形市総合福祉センター2階<br>(城西町2-2-22)                                                       | 全市                                |
| 72                                                                               | 高齢者交流サロン    |                      | 674-8127                                     |                                                                                                                                                         | 全市                                |
| 地域の居場所(上記以外)                                                                     |             |                      |                                              |                                                                                                                                                         |                                   |
| No.                                                                              | 地区名         | 団体名                  | 問合せ先                                         | 内容                                                                                                                                                      | 対象                                |
| 73                                                                               |             | アプルス<br>シニア健康運動教室    | 631-1147<br>(NPO法人生涯スポーツ振興会)                 | 一年を通し、楽しみながら脳やからだに刺激を与え、健康維持のお手伝いをします。<br>・主なプログラム・・・健康運動、ボールエクササイズ、花架拳、カローリング、ベタンク 等<br>・毎週(金)13:45～15:00<br>・1回600円。(初回のみ＋保険料500円)                    | 55歳以上の方どなたでも                      |
| 74                                                                               |             | 至誠堂総合病院<br>やまがた健康友の会 | 622-7181 (病院の代表番号です。やまがた健康友の会事務局とお伝えください)    | ・班活動(健康チェック、学習会、お出かけなど)<br>・レクリエーション企画等(おひとり暮らしの方対象の外出企画や、公園・街中などをがんばらずに歩く企画など)                                                                         | 山形市全域                             |
| 75                                                                               |             | まちなか保健室              | 090-8922-7080                                | ・毎週火曜日、ボンツリーカフェの一角で開かれる保健室。ちょっと気になる健康や介護のこと、気軽に相談してみませんか？看護師や保健師が相談にのります。<br>・10:30～11:30は健康教室。保健・医療・福祉の専門職による講話と茶話会を楽しみませんか？                           | どなたでも                             |
| 76                                                                               |             | E-sportsトレジャー        | 646-9336                                     | E-sportsカフェ。<br>PCスペースの他、持込自由のフリースペース有り。<br>入店受付すれば、時間料金のみで店内ボードゲーム(囲碁・将棋など)利用自由。ドリンクバー飲み放題付き。<br>30分300円～                                              | 子供から大人までどなたでも                     |
| 77                                                                               | 第一          | 月1回通いの場<br>「逢いの蔵」    | 622-6764<br>(ボランティアおもだか：堀川)                  | お茶のみサロン、毎月最終(水)9:30～12:00<br>ランチカフェ、第2(火)10:00～13:00                                                                                                    | 第一地区(主に近隣住民)どなたでも                 |
| 78                                                                               |             | 桜の実カフェ               | 622-7181<br>(病院の代表番号です。やまがた健康友の会事務局とお伝えください) | ・ウォーキング(4月～11月)<br>月2回程度開催10時から約1時間程度霞城公園でウォーキングを行っています。参加ご希望の方は事務局までお問い合わせください。<br>・百歳体操・脳トレ(冬期間開催予定)<br>月2回程度開催。10時から約1時間程度。完全予約制。詳細は事務局までお問い合わせください。 | 主に第一地区、第二地区(上記に限らずどなたでもご参加いただけます) |

| 地域の居場所(上記以外)つづき |     |                                          |                              |                                                                             |                       |
|-----------------|-----|------------------------------------------|------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-----------------------|
| No.             | 地区名 | 団体名                                      | 問合せ先                         | 内容                                                                          | 対象                    |
| 79              | 第一  | おれんじカフェさくら                               | 635-4165<br>(さくら地域包括支援センター)  | 脳トレ、お茶のみ、講話<br>・毎月第3(金)10:00～11:00<br>・山形まなび館多目的ホールにて開催。                    | 主に第一、第二地区             |
| 80              |     | しのだりハビリ健康教室                              | 635-4165<br>(さくら地域包括支援センター)  | ・健康体操、講話、脳トレなど<br>・毎週(水)11:00～12:00(要申込)<br>・篠田総合病院リハビリセンターで開催              | どなたでも                 |
| 81              | 第二  | あしかが元気サロン                                | 647-1888<br>(あしかが薬局・高橋)      | お茶のみ、健康マシーンでの体操<br>第1(木)10:00～11:30                                         | どなたでも参加できます           |
| 82              |     | 地域の茶の間あきやま<br>(ボランティアふじ)                 | 622-1738<br>(あきやま茶店・東海林)     | お茶のみサロン(常時)<br>定例会第2(火)10:00～12:00<br>演奏会第4(月)10:00～12:00                   | 主に、第二地区(どなたでも参加できます。) |
| 83              | 第三  | わたげ銅町<br>(NPO法人<br>山形わたげの会)              | 644-4870<br>(山形わたげの会)        | 会員や地域の方が誰でもいつでも参加でき、楽しく交流できる場(習字・囲碁・体操・脳トレ・小物づくりなど)<br>月・火・木・金(10:00～15:00) | 山形市全域                 |
| 84              | 第三  | さん♡さんカフェ                                 | 645-8061<br>(生活支援コーディネーターへ)  | 北部公民館にて毎月1回開催                                                               | どなたでも参加できます           |
| 85              | 第六  | ふれあい<br>ほっとするカフェ                         | 645-8061<br>(生活支援コーディネーターへ)  | 認知症カフェ<br>ミニ講話、お茶を飲みながらのおしゃべり等                                              | どなたでも参加できます           |
| 86              | 第九  | グランドホーム桜の木<br>喫茶あもーれ                     | 665-0511                     | お茶のみカフェ(月1回)                                                                | どなたでも参加できます           |
| 87              |     | ずぼらめしサロン                                 | 682-9733<br>(ウエルシア松町店)       | 管理栄養士による健康講話                                                                | どなたでも参加できます           |
| 88              | 第十  | コープ城西<br>おしゃべりカフェ                        | 0120-916-244                 | 第4(火)13:30～15:30<br>イートインコーナーにて、お茶・お楽しみサロン                                  | どなたでも参加できます           |
| 89              |     | あつぷるの里久保田介護<br>予防教室                      | 647-6330                     | 第4(土)9:30～11:00 (100円)<br>介護予防体操、お茶会                                        | 周辺住民の方どなたでも           |
| 90              | 飯塚  | なごみ健康サロン                                 | 679-5021                     | 第3(木)10:00～11:00<br>介護予防体操他                                                 | 周辺住民の方どなたでも           |
| 91              | 金井  | カフェらくせい                                  | 645-8061<br>(生活支援コーディネーターへ)  | 百歳体操、認知症予防講話等                                                               | 認知症に興味のある方などどなたでも     |
| 92              |     | ほっとカフェかなみ～な                              | 664-2181<br>(金井地域包括支援センター)   | 毎月1回認知症カフェ開催。金井コミュニティセンターにて                                                 | 地区・年齢問わずどなたでも         |
| 93              | 蔵王  | こひつじキリスト協会<br>成沢チャペルおちゃっこ<br>サロンみんなのい～場所 | 688-8837<br>(代表:千葉)          | 毎週(金)10:00～12:30(出入り自由)<br>いきいき百歳体操<br>お茶飲み、おしゃべり                           | 山形市全域                 |
| 94              | 滝山  | たきやまほっこりカフェ                              | 645-8061<br>(生活支援コーディネーターへ)  | 認知症カフェ<br>音楽療法や介護者同士の情報交換等                                                  | 滝山地区                  |
| 95              |     | たきやまぼんぼんカフェ                              | 645-8061<br>(生活支援コーディネーターへ)  | 認知症カフェ<br>音楽療法や介護者同士の情報交換等                                                  | 滝山地区                  |
| 96              | 千歳  | オレンジカフェよつば                               | 090-7334-2443                | 毎月1回認知症カフェ開催                                                                | 山形市全域                 |
| 97              | 出羽  | みのりカフェ                                   | 090-6253-9376                | 毎月1回認知症カフェ開催                                                                | 山形市全域                 |
| 98              | 南沼原 | 湖山ケアセンター<br>音楽療法                         | 644-2710                     | 音楽療法士による歌や楽器演奏などで音楽を楽しむ会                                                    | 歩いてこられる方はどなたでも。       |
| 99              |     | 高堂わくわく会                                  | 645-8061<br>(生活支援コーディネーターへ)  | 季節のイベントや日帰り旅行など                                                             | 高堂(女性のみの)             |
| 100             |     | 富のちいきいサロン                                | 645-8061<br>(生活支援コーディネーターへ)  | 年3回程度、お食事をしながらの交流会等<br>・富の中公民館にて                                            | 富の中町内                 |
| 101             |     | 脳いきいきオンラインカ<br>フェ                        | 645-8061<br>(生活支援コーディネーターへ)  | ・毎月第3火曜日<br>・認知症カフェ、福祉専門職からのためになる話、体操、おしゃべり等                                | 主に南沼原地区               |
| 102             |     | はなみずきサロン                                 | 644-0168                     | レクリエーション等                                                                   | 歩いてこられる方はどなたでも。       |
| 103             |     | みこころの園ホーム喫茶                              | 644-7160                     | 体操、脳トレ、お茶のみなど。年に2回お楽しみイベントあり。                                               | 歩いてこられる方はどなたでも。       |
| 104             |     | 吉原健康娯楽愛好会                                | 645-8061<br>(生活支援コーディネーターへ)  | 麻雀、囲碁、将棋、輪投げ、百歳体操、踊り、歌など。吉原交流会館にて                                           | 吉原町内                  |
| 105             |     | らくせいホール南館                                | 645-8061<br>(生活支援コーディネーターへ)  | 趣味の会や囲碁・将棋・麻雀の会、うたごえカフェ                                                     | 南館1、竈田3、あかねヶ丘3、及び近隣町内 |
| 106             |     | ふれあいカフェ                                  | 645-8061<br>(生活支援コーディネーターへ)  | 毎月第4月曜日13:30～<br>お茶を飲みながらのおしゃべりや、楽しいレクリエーション等。福祉専門職からのためにある話等               | 南館1、高堂、南館3、南館5、及び近隣町内 |
| 107             |     | 日向の家歌声喫茶                                 | 645-8061<br>(生活支援コーディネーターへ)  | 概ね月1回<br>ピアノ演奏に合わせて歌を歌う。                                                    | 歩いて来られる方              |
| 108             | 南山形 | カフェオキナグサ                                 | 645-8061<br>(生活支援コーディネーターへ)  | 毎月第3木13:30～15:00 みこころの園南山形<br>蔵王駅前自治会とみこころの園南山形<br>お茶のみや認知症予防に役立つ体操等、相談コーナー | 蔵王駅前自治会住人他            |
| 109             |     | 南山形市営住宅<br>認知症カフェ                        | 646-1165<br>(山形西部地域包括支援センター) | 毎月1回認知症カフェ開催                                                                | 南山形市営住宅の方             |

## 8. 地域支え合いボランティア活動

山形市では、高齢者が自らの能力を活かしながら、住み慣れた地域で支えあい、健やかに生きがいを持って暮らせるまちづくりを目指しています。

介護予防・日常生活支援総合事業は、介護サービスだけでなく、様々な地域の社会貢献活動を活かして地域づくりを進めるための事業です。以下の団体は、この事業のB型及びD型(※)として活動していただいている団体です。

一部の団体では、担い手にSUKSKポイントを差し上げています。

※ B型及びD型・・・地縁組織やボランティア活動団体が市の定める要件(実施頻度や対象者等)を満たし行うサービス

### 訪問型サービスB(生活支援)の実施団体

| No. | 所在地 | 団体名                           | 連絡先                         | 内容                                               | 対象エリア    |
|-----|-----|-------------------------------|-----------------------------|--------------------------------------------------|----------|
| 1   | 第八  | NPO法人<br>グローバル福祉サービス          | 674-9533                    | 生活全般の支援                                          | 山形市全域    |
| 2   | 第十  | NPO法人<br>山形わたげの会              | 644-4870                    | 生活全般の支援                                          | 山形市全域    |
| 3   | 滝山  | NPO法人<br>ふれあいにこにこの丘           | 631-5015                    | 生活全般の支援、配食等                                      | 山形市全域    |
| 4   | 楯山  | 生活協同組合共立社<br>(コープくらしのたすけあいの会) | 686-6284                    | 家事援助、話相手                                         | 山形市全域    |
| 5   | 南沼原 | NPO法人すみれ会                     | 645-0580                    | 生活支援(月～金)                                        | 山形市全域    |
| 6   | 南沼原 | かえるの会                         | 080-7844-5901<br>(かえるの会事務局) | ゴミ出し、庭の手入れ、除雪、障子貼り、お買い物隊などの生活支援                  | 高堂及び近隣町内 |
| 7   | 東沢  | 上宝沢おおぞら応援隊                    | 645-8061<br>(山形市社協)         | 庭木の枝払い、除雪、ゴミ出し、電球交換、石油詰め、家具の移動等 生活のちょっとした困りごとの支援 | 上宝沢区     |

### 通所型サービスB(居場所づくり)の実施団体

| No. | 所在地 | 団体名                     | 連絡先                         | 内容                                                                | 対象エリア      |
|-----|-----|-------------------------|-----------------------------|-------------------------------------------------------------------|------------|
| 8   | 第二  | 双葉町町内会                  | 645-8061<br>(生活支援コーディネーターへ) | 百歳体操、お茶のみ、しゃんしゃん体操(火)<br>グラウンドゴルフ、趣味の会、お茶のみなど(水・金)<br>第二地区歩こう会(月) | 第二地区       |
| 9   | 第十  | NPO法人<br>山形わたげの会        | 644-4870                    | 常設型居場所(わたげの家/月～金)                                                 | 山形市全域      |
| 10  | 第十  | NPO法人すみれ会               | 645-0580(本部電話番号)            | 居場所(いきいきくらぶ花/月～土)                                                 | 山形市全域      |
| 11  | 第十  | 清住町百歳体操の会               | 645-8061<br>(生活支援コーディネーターへ) | 百歳体操、かみかみ百歳体操                                                     | 清住町内及び近隣町内 |
| 12  | 高瀬  | 高瀬地区高齢者支援連絡会            | 645-8061<br>(生活支援コーディネーターへ) | いきいき百歳体操、健康講話(水)                                                  | 高瀬地区       |
| 13  | 滝山  | あいあい広場                  | 645-8061<br>(生活支援コーディネーターへ) | いきいき百歳体操他(木)                                                      | 山形市全域      |
| 14  | 出羽  | 絆会                      | 645-8061<br>(生活支援コーディネーターへ) | ひとあひ処「合」、介護予防教室、社会交流、教養講座(月・水・金)                                  |            |
| 15  | 南沼原 | みんなの居場所と有償ボランティア どんぐりの木 | 090-8616-1406<br>(代表:佐藤へ)   | 体操、趣味活動、社会交流                                                      | 南沼原及び近隣町内  |
| 16  | 南沼原 | 沼木上町内会いきいき若草サロン         | 645-8061<br>(生活支援コーディネーターへ) | 百歳体操、お茶飲み、家庭菜園、ウォーキング、健康麻雀(日)                                     | 沼木上町内      |

### 訪問型サービスD(移動支援)の実施団体

| No. | 所在地 | 団体名                  | 連絡先      | 内容          | 対象エリア |
|-----|-----|----------------------|----------|-------------|-------|
| 17  | 第八  | NPO法人<br>グローバル福祉サービス | 674-9533 | 移動支援、付き添い支援 |       |
| 18  | 滝山  | NPO法人<br>ふれあいにこにこの丘  | 631-5015 | 移動支援、付き添い支援 |       |

# 高齢者の生活を支える活動をしていませんか？

## 内 容

- ▶ 山形市の高齢者福祉の現状
- ▶ 今できる介護予防・健康づくり
- ▶ 高齢者の特性
- ▶ 緊急時の対応
- ▶ 認知症の理解を深める
- ▶ コミュニケーションの基本
- ▶ ヘルパーの視点からの自立支援
- ▶ 社会参加と介護予防 など

**SUKSKポイント  
対象事業です**

**500ポイント**

この研修は、山形市の『介護予防・日常生活支援総合事業における「訪問型サービスA」の従事者になるための要件』ともなっております。

## 対 象 者

- ◆ 高齢者の生活を支える活動に興味のある方
- ◆ 訪問型サービスAの事業に従事予定の方

## 日時 場所

- ◆ 年数回、実施予定です
- ◆ 詳しくは、  
山形市福祉推進部  
長寿支援課 まで

電話 023-641-1212  
(内線564・565)

**受講無料**

山形市

生活支援の  
担い手養成研修



健康ポイント事業SUKSK  
について詳しくはこちら



## 健康づくり事業に参加してSUKSKポイントをためよう！

スマホアプリや「やまがた人生備えの書（介護予防手帳）」を使って、健康ポイント事業に参加しませんか？

ウォーキングや健康づくりの事業への参加、健康診査・がん検診などを受けて合計5,000ポイント以上ためると、抽選で素敵な記念品が当たります！

## SUKSK（スクスク）生活とは

山形市では食事（S）、運動（U）、休養（K）、社会（S）、禁煙・受動喫煙防止（K）に留意する、「SUKSK（スクスク）生活」を提唱しています。

山形市ではSUKSK生活に関連する分野の第一人者を「SUKSKマイスター」に委嘱しています。マイスターを講師にした「SUKSKスクール」の開催や健康プログラムの開発に御協力いただいています。

市のHPはこちら



なかざわ ともはる

中沢 智治 氏（フィットネストレーナー）

瀧島未香氏（92歳）とともに、「タキミカ体操」をはじめ、100歳まで力強く歳を重ねる生き方を伝えるべく活動中。

おおば ひろみ

大場マッキー広美 氏（フットヘルパー）

「いつまでも自分の足でどこまでも」をコンセプトに、足の大切さを広め健康な足づくりを推進するべく活動中。

詳しくは、山形市健康医療部 健康増進課まで 電話：023-616-7271（直通）

## 9. その他

### ボランティアに関する相談の窓口

| No. | 団体名                      | 連絡先      | 内容                                                                                                                                                   | 対象地域  |
|-----|--------------------------|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| 1   | 山形市社会福祉協議会<br>ボランティアセンター | 645-9233 | ボランティアをしたい人、ボランティアを頼みたい人など、ボランティア活動に関する相談・活動紹介をしています。<br>また、各種講座の開催や、ボランティア体験のお手伝い(機材貸し出し含む)なども行っています。<br>山形市でのボランティアに関することなら、まずはボランティアセンターにご相談ください！ | 山形市全域 |

### ボランティア活動

| No. | 所在地 | 名称         | 連絡先                          | 内容                              | 対象地域            |
|-----|-----|------------|------------------------------|---------------------------------|-----------------|
| 2   | 第一  | ボランティアおもだか | 645-8061<br>(生活支援コーディネーターへ)  | 地域のボランティア                       | 第一地区            |
| 3   | 第二  | ボランティアふじ   | 645-8061<br>(生活支援コーディネーターへ)  | 地域のボランティア                       | 第二地区            |
| 4   | 第二  | 第二地区粋々男塾   | 645-8061<br>(生活支援コーディネーターへ)  | 地域のボランティア                       | 第二地区            |
| 5   | 蔵王  | 人力会        | 645-8061<br>(生活支援コーディネーターへ)  | ・災害炊き出し支援<br>・アニマルセラピー(子ども育成事業) | 東北近辺被災地<br>桜田町内 |
| 6   | 本沢  | 元気もりもり応援隊  | 646-1165<br>(山形西部地域包括支援センター) | ふれあいいきいきサロン等への職員派遣(講師派遣)        | 本沢地区内           |

### 山形市社会福祉施設等連絡会

| No. | 団体名      | 連絡先      | 内容                                                                                  | 対象地域  |
|-----|----------|----------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| 7   | 施設開放レシピ集 | 645-8061 | 山形市内の社会福祉法人事業所52ヶ所が地域貢献として行っていることをレシピ集としてまとめたものです。<br>山形市社会福祉施設等連絡会のホームページでご覧になれます。 | 山形市全域 |

### 理美容に役立つ情報

| No. | 団体名            | 連絡先                                                  | 内容                                                                                                                                                    | 対象地域  |
|-----|----------------|------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| 8   | 山形県美容業生活衛生同業組合 | 641-5222                                             | 自宅への訪問美容<br>※組合加入美容室の派遣調整。(カット、ヘアカラー、パーマ、シャンプー、メイク等)                                                                                                  | 山形市全域 |
| 9   | 訪問美容 ラナコロ      | 代表 近藤<br>090-5832-2366<br><br>代表 鈴木<br>050-3637-4254 | ラナコロは、高齢、障がい、骨折などの怪我、病気、妊娠、子育てや介護などで、美容室に行けずに困っている方のもとへ駆けつける支援サービスを提供するため、連携を図る任意の会です。<br>ご自宅にお伺いし、カットはもちろん、カラーやパーマも可能です。些細な事でも構いませんので、ご連絡いただければ幸いです。 | 山形市全域 |



# どこに頼んだら良いのかわからない？ そんな時は「きいでけろ」にご連絡ください！

困ったら！

相談・見積  
無料

地元企業  
紹介サービス

## 『きいでけろ』

あなたの暮らしの困りごとを解決できる身近な会社をご紹介しますサービスです！

### ● 家・住宅

- ・テレビが映らなくなった
- ・手摺いを取付けたい
- ・家の外壁を塗装したい
- ・ペットのひっかけ傷を直したい
- ・水漏れがする
- ・その他



※下記に関わる相談が可能です。

【電気工事】 【塗装工事】 【水道工事】  
【大工工事】 【内装工事】 【その他】

### ● 家事・片付け

- ・掃除をするのが疲れる
- ・食事を作るのが大変
- ・不要品を処分したい
- ・ふすまがよごれた
- ・水槽から水漏れ
- ・その他



※下記に関わる相談が可能です。

【家事代行】 【肉加工販売】 【ふすま張替え】  
【不用品処分】 【熱帯魚関連】 【その他】

### ● 冠婚葬祭

- ・法事の場所を探している
- ・お墓を直したい
- ・仏壇仏具のことがわからない
- ・着付けをお願いしたい
- ・その他



※下記に関わる相談が可能です。

【仏壇仏具】 【祭事会場】  
【墓石】 【その他】

### ● お金・保険

#### ・相続

- ・保険のことがわからない
- ・土地、屋敷を処分したい
- ・相続対策どうしよう？
- ・その他



※下記に関わる相談が可能です。

【生命保険】 【不動産】  
【損害保険】 【その他】

### ● その他

- ・おしゃれがしたい
- ・髪、肌、頭皮の相談がしたい
- ・パソコンの操作がわからない
- ・その他



※下記に関わる相談が可能です。

【美容院】 【パソコン指導】  
【ファッション】 【その他】

地域の中には、優秀な技術やサービスを持つ「信頼できる企業」がたくさんあります。



まずは、ご連絡ください！

☎ 023-615-8302

山形県中小企業家同友会 山形支部  
きいでけろ部

受付 平日10:00~17:00

詳しくはホームページにて  
「きいでけろ」検索



# ご存知ですか？あなたの地区の 地域包括支援センター

相談は  
無料です

市民のための高齢者総合相談窓口です

## 相談や悩みにこたえます

- ・近所のひとり暮らしの高齢者が心配
- ・介護保険サービスの手続きの仕方がわからない
- ・おばあちゃんの介護に疲れてしまい、どうしたらいいかわからない

介護に関する相談

医療に関する相談

福祉に関する相談

介護予防に関する相談

介護と仕事の両立に関する相談

ご自宅に訪問いたします

## 健康づくりを応援します

- ・最近体力に自信がなくなった
- ・からだを動かしてリフレッシュしたい
- ・栄養のこと、運動のことなど、健康に役立つ話がききたい
- ・皆でお茶飲みをして閉じこもりを予防したい

介護予防に関する勉強会の開催

サロンへの講師派遣

センターだよりの発行

高齢者の通いの場の立ち上げ・継続支援



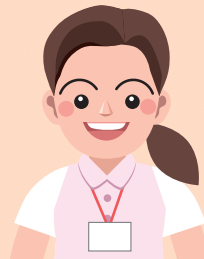
本人や家族、支援者の方  
お気軽にご相談ください

## 地域包括支援センター

まずは  
お電話ください!!



保健師



主任ケアマネジャー



社会福祉士

私たちが、地域で暮らす高齢者やそのご家族が安心して暮らせるように  
「チーム」で支援します。



## 権利を守る 支援をします

- ・お金の管理が難しくなってきた
- ・悪質な消費者被害にあって困っている
- ・顔にあざがある高齢者が近所にいる



財産管理の手続き支援

消費者被害に関する手続き紹介

虐待防止・虐待対応

成年後見制度の手続き支援

## 認知症の方を支えます

- ・認知症の正しい知識を学びたい
- ・認知症を予防したい
- ・最近おじいちゃんのもの忘れが気になる
- ・徘徊して戻ってこれないことがあり心配…



認知症に関する相談

早期発見、早期対応支援

専門機関の紹介

認知症カフェへの支援

認知症サポーター養成講座の開催

## 暮らしやすいまちを つくります

- ・いつまでもこの街で暮らしつづけたい
- ・退院後も自宅で介護と医療サービスを受けて生活したい
- ・高齢者と家族をみんなで支えたい

地域ネットワークの構築

民生委員との連携

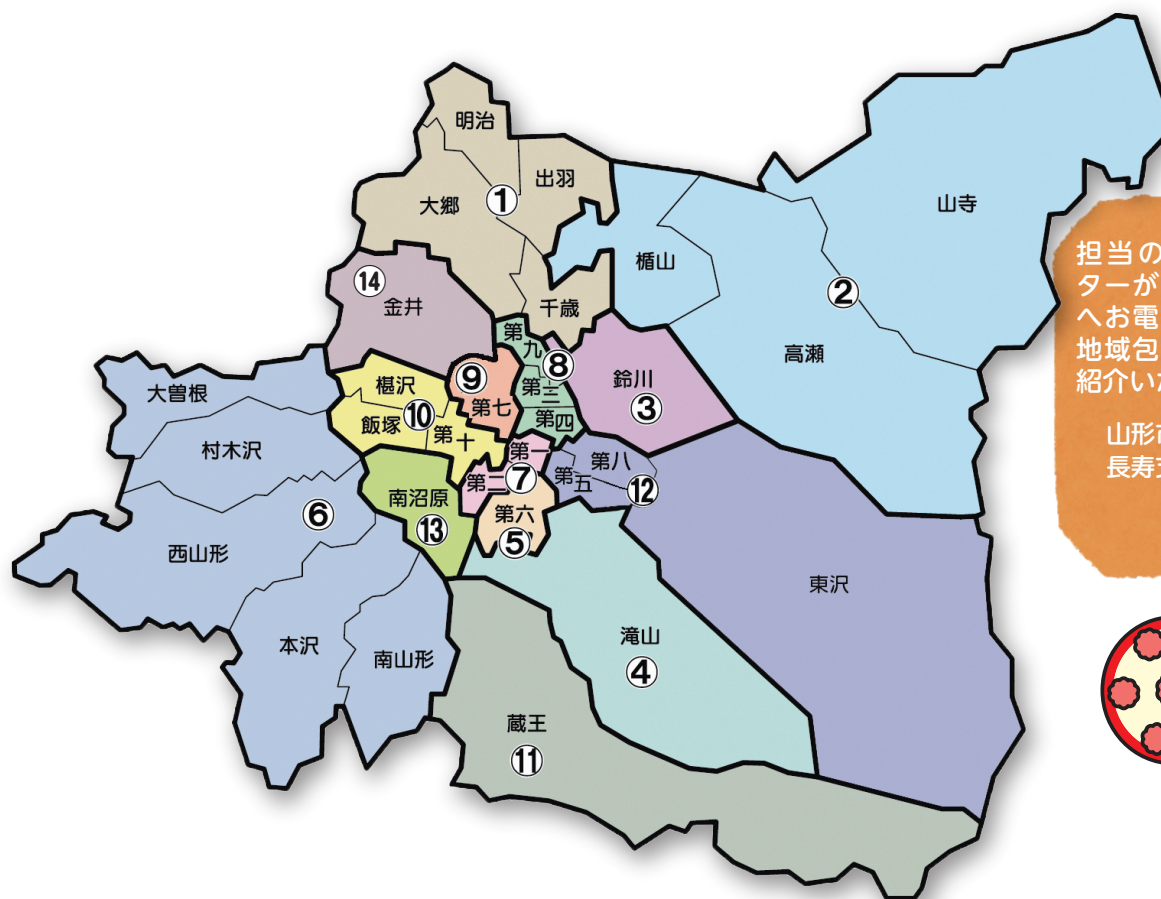
家族介護者の交流支援

多様なサービスの紹介

地域での見守り体制の構築



# お住まいの地区の地域包括支援センターが決まっています



担当の地域包括支援センターがご不明な方はこちらへお電話ください。担当の地域包括支援センターをご紹介します。

山形市役所  
長寿支援課 地域包括支援係  
TEL 641-1212  
(内線564・565)



## ご相談の際、まずはお電話ください

| No | 担当地区               | 名 称                | 電 話 番 号  | 所 在 地                            |
|----|--------------------|--------------------|----------|----------------------------------|
| ①  | 出羽・大郷・明治・千歳        | 済生会なでしこ地域包括支援センター  | 681-7450 | 長町751番地<br>特別養護老人ホームながまち荘内       |
| ②  | 楯山・高瀬・山寺           | 地域包括支援センター大森       | 685-1224 | 大森2139番地 1<br>特別養護老人ホームサンシャイン大森内 |
| ③  | 鈴川                 | 地域包括支援センター敬寿会      | 634-2309 | 五十鈴三丁目6番17号<br>鈴川交流センター内         |
| ④  | 滝山                 | たきやま地域包括支援センター     | 622-4577 | 岩波5番地<br>養護老人ホームあたご荘内            |
| ⑤  | 第六                 | 地域包括支援センターふれあい     | 628-3988 | 桜田西四丁目1番14号<br>大島医院内             |
| ⑥  | 南山形・本沢・大曾根・西山形・村木沢 | 山形西部地域包括支援センター     | 646-1165 | すげさわの丘46番地<br>特別養護老人ホーム菅沢荘内      |
| ⑦  | 第一・第二              | 篠田好生会さくら地域包括支援センター | 635-4165 | 桜町2番68号<br>篠田総合病院敷地内             |
| ⑧  | 第三・第四・第九           | 地域包括支援センターかがやき     | 631-8020 | 旅籠町一丁目7番23号<br>至誠堂総合ケアセンター内      |
| ⑨  | 第七                 | 霞城北部地域包括支援センター     | 645-9070 | 城西町二丁目2番22号<br>山形市総合福祉センター内      |
| ⑩  | 第十・飯塚・楯沢           | 霞城西部地域包括支援センター     | 647-8010 | 城西町二丁目2番22号<br>山形市総合福祉センター内      |
| ⑪  | 蔵王                 | 蔵王地域包括支援センター       | 688-8099 | 蔵王半郷79番地7<br>やすらぎの里半郷内           |
| ⑫  | 第五・第八・東沢           | 済生会愛らんど地域包括支援センター  | 679-3611 | 妙見寺4番地<br>特別養護老人ホーム愛日荘内          |
| ⑬  | 南沼原                | 南沼原地域包括支援センター      | 664-3080 | 沼木1129番地 1<br>特別養護老人ホーム みこころの園内  |
| ⑭  | 金井                 | 金井地域包括支援センター       | 664-2181 | 陣場903番地<br>金井コミュニティセンター内         |

上記センター間の総合調整・支援  
を行うセンターです

山形市基幹型地域包括支援センター

674-0804

城西町二丁目2番22号  
山形市総合福祉センター内

## ＜困ったときの相談窓口一覧＞

| 相談種別  | 相談内容                               | 相談窓口                      | 電話                                                   | 受付時間                                                                |
|-------|------------------------------------|---------------------------|------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|
| 一般    | 一般の生活全般の相談                         | 市民相談課                     | 641-1212（内線254）                                      | 月～金曜日（8:30～17:15）                                                   |
|       | 困りごと相談・生活全般の相談                     | 山形市社会福祉協議会<br>（ふれあい総合相談所） | 645-8177                                             | 月～金曜日 困りごと<br>第2火曜日 年金相談<br>第2水曜日 税金相談<br>第3木曜日 人権相談<br>13:00～16:00 |
| 法律    | 法律に関する悩み<br>（弁護士）                  | 645-8061                  |                                                      | 毎週金曜日<br>13:00～16:00<br>受付12:00～ 先着6名まで<br>弁護士との相談は25分              |
|       |                                    | 市男女共同参画センター<br>（法律相談）     | 645-8077                                             | 予約制<br>第2・第3・第4金曜日<br>16:00～18:00                                   |
| 高齢者   | 高齢者の総合相談                           | <b>地域包括支援センター</b>         | <b>P34をご覧ください。</b>                                   |                                                                     |
|       |                                    | 市長寿支援課                    | 641-1212（内線652）                                      | 月～金曜日（8:30～17:15）                                                   |
|       | 高齢者の就労                             | シルバー人材センター                | 647-6647                                             | 8:30～17:15                                                          |
| 子育て   | 育児相談                               | <b>子育て支援センター</b>          | <b>※山形市子育て応援サイト<br/>パパママ応援元気すくすくネット<br/>をご覧ください。</b> |                                                                     |
|       |                                    | 山形市保健所・母子保健課              | 647-2280                                             | 火～日曜日（9:30～18:00）                                                   |
| 障がい者  | 障がいに関する相談                          | <b>相談支援センター</b>           | <b>※山形市ホームページをご覧ください</b>                             |                                                                     |
|       |                                    | 市障がい福祉課                   | 641-1212（内線549）                                      | 月～金曜日（8:30～17:15）                                                   |
| 健康    | 119番に迷ったときは<br>（電話相談専用）            | 24時間健康・医療相談サービス           | 0120-023-660                                         | 24時間（年中無休）                                                          |
| 心の悩み  | 様々な日常生活における相談<br>（女性心理カウンセラーによる相談） | 市男女共同参画センター               | 645-8077                                             | 予約制（9:00～17:00）                                                     |
|       | 様々な悩みを聞いてくれる                       | 山形いのちの電話                  | 645-4343                                             | 13:00～22:00（年中無休）                                                   |
| DV    | DV（配偶者などからの暴力）等に関する相談              | 市男女共同参画センター               | 645-8077                                             | 毎日8:30～17:30<br>（年末年始を除く）                                           |
|       |                                    | 女性相談センター                  | 627-1196                                             | 毎日8:30～17:15<br>（年末年始を除く）                                           |
|       |                                    | 県警察本部安全相談室                | 642-9110（または#9110）                                   | 毎日24時間                                                              |
| 税金    | 納税相談                               | 市納税課                      | 641-1212（内線330）                                      | 月～金曜日（8:30～17:15）                                                   |
| 消費生活  | 契約等に関するトラブルや多重債務問題等消費生活相談          | 消費生活センター                  | 647-2211（相談専用）                                       | 火～日曜日（9:30～17:30）                                                   |
| 生活・福祉 | 経済的な生活の不安や困りごと                     | 生活サポート相談窓口                | 676-7223                                             | 8:30～17:30                                                          |
|       | 生活保護に関する相談                         | 市生活福祉課                    | 641-1212（内線591）                                      | 月～金曜日（8:30～17:15）                                                   |
|       | 成年後見に関する相談                         | 市成年後見センター                 | 674-0680                                             | 8:30～17:30                                                          |

# お役立ち情報のご紹介（山形市）

## 高齢者に関する制度や事業を紹介

### 介護保険と高齢者保健福祉のしおり

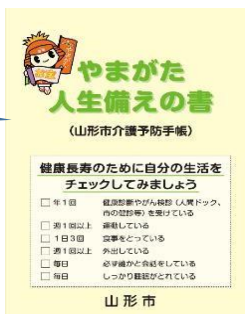
「健康に暮らし続けたい、まだまだ地域の役に立ちたい」  
「身体が弱ってきて、日常生活に少し不安がある」  
「介護が必要になり、サービスを受けたい」  
「さらに重い状態になったけど、地域で住み続けたい」  
みなさんの健康状態に合わせて情報をご紹介します。



## これからも健康に暮らすための取組を考えよう

### やまがた人生備えの書（山形市介護予防手帳）

日々を振り返り、これからも続けられることや、チャレンジしたいこと、取り組みを考えることができます。



## 認知症について理解を深める

### 認知症の相談先がわかるサポートブック

もしかして認知症かなと感じている、認知症の人が身近にいる方など向けに認知症に関する情報を掲載しています。



## もしものの時の備え

### もしもシート（もしもののために「わ・た・し」が備えておくこと）

「もしもの時」、ご自身が認知症や事故、病気などで、自分だけでは判断できなくなった時のことを想定し、今のうちから備えておくことを整理してみましょう。



## 介護サービスを使いながら在宅で暮らせる

### 在宅療養についてのリーフレット

疾病を抱えていても、自宅等の住み慣れた生活の場で療養し、自分らしい生活を続けられるよう、療養生活の事例や相談先を紹介しています。



## 災害に備えて

### ・山形市避難行動支援制度（防災対策課 内線 382）

災害が起きた時に、高齢者世帯や障がいのある方が地域の方から支援を受けられるように、要支援者本人が山形市に登録する制度です。

### ・土砂災害ハザードマップ（防災対策課 内線 216）

避難ルートや避難所、避難時の注意点の確認にご活用ください。



避難行動  
支援制度



ハザード  
マップ



# 山形市



## ガイドブック

お役立ちガイドブックは、あなたのお役にたてましたか？  
このガイドブックが、より良いものになるよう、アンケートにご協力ください！  
右の二次元コードを読み込むと、回答できます。



※感染症の拡大防止等により、活動を中止している場合があります。  
事前にご確認ください。

- ☐ まめに 手洗い・手指消毒 ☐ 咳エチケットの徹底
- ☐ こまめに換気（エアコン併用で室温を28℃以下に） ☐ 身体的距離の確保
- ☐ 「3密」の回避（密集、密接、密閉）
- ☐ 一人ひとりの健康状態に応じた運動や食事、禁煙等、適切な生活習慣の理解・実行
- ☐ 毎朝の体温測定、健康チェック。発熱又は風邪の症状がある場合はムリせず自宅で療養



密集回避

密接回避

密閉回避

換気

咳エチケット

手洗い

厚生労働省【「新しい生活様式」の実践例】より転載

社会福祉法人 山形市社会福祉協議会

担当：地域福祉課 福祉のまちづくり係 023-645-8061  
〒990-0832 山形県山形市城西町二丁目2番22号



助成を受けています