

「住み慣れた地域で自分らしく暮らすために」

湯梨浜町

高齢者支援のための 地域支え合い手引き

令和7年12月改訂



ゆり浜

湯梨浜町福祉課（地域包括支援センター）

作成にあたり

この「高齢者支援のための地域支え合い手引き」は誰もが高齢者になっても、住み慣れた地域で安心して暮らしていくための生活支援を目的に作成しています。

高齢者支援に携わる皆様が、地域の関係者や関係機関と連携を図りながら、町内の高齢者を支える活動の参考にしていただければと思います。また、公的な支援だけでなく、民間サービスや地域の社会資源を活用していただくことで、より柔軟的なきめ細かい支援につながり、高齢者の皆様が湯梨浜町で安心して生活を続けられる一助になれば幸いです。

※ご利用にあたり

この一覧表の情報は、各事業所様からの情報提供や、電話による問い合わせへの回答、チラシを元に作成しております。時間の経過と共に内容の変更が生じる場合がありますこと、ご理解ください。サービス内容の詳細については直接サービス事業者様へお問い合わせくださいますようお願いいたします。

目 次

1. 「調理や買い物で困っている」弁当・宅配・移動サービス・家事・福祉美容院	1
2. 「移動が大変」タクシー・バス助成等・福祉用具の貸出	5
3. 「外出が少ない・閉じこもり気味」高齢者のつどい・通えるサービス	8
4. 「見守りが必要」	9
5. 「認知症が心配」	10
6. 「専門家に相談したい」	11
7. 「在宅介護中に使える支援は？」	12
8. 「関係機関の相談窓口・連絡先」	13

1. 調理や買い物等生活で困っている

お弁当を配達するサービス

名 称	配達日	内 容		連絡先
まごころ配食	12月31日、1月1日以外の日 15時30分～17時	1食 500円	おおむね65歳以上の単身世帯、高齢者のみ世帯及び障がい者 調理や買い物が困難な方、安否確認が必要な方	湯梨浜町社会福祉協議会 TEL 34-6002
ボランティア配食サービス ＊見守りあり	【羽合地域】 毎週水曜 昼食配達	1食 400円	おおむね65歳以上の単身世帯、高齢者のみ世帯及び障がい者 調理や買い物が困難な方、安否確認が必要な方	湯梨浜町社会福祉協議会 暮らしサポートセンター ゆりはま(ハワイアロハホール内) TEL 35-2351
	【東郷地域】 毎週火曜 昼食配達			湯梨浜町社会福祉協議会 老人福祉センター東湖園 TEL 32-0828
配食サービスとまと ＊見守りあり	1月1・2日以外 毎日 昼食・夕食	1食 870円～ (おかずのみは770円)	普通食、カロリー調整食、たんぱく調整食、塩分調整食対応可 おかゆ、軟飯対応可 刻み、とろみ、ミキサー等対応可	(株)庄倉 配食サービスとまと 倉吉市大原 187 TEL 22-3390 FAX 24-5565
コープの夕食宅配 (コープきっちゃん) ＊見守りあり	月～金の5日間 夕食	5食 2,835円～	おかず、弁当 各種コースあり	鳥取県生活協同組合 TEL 0800-200-3451 0858-85-5285
ワタミの本気おかず	随時	1食 390円～	各種コースあり	ワタミ株式会社 「ワタミの宅食ダイレクト」お客様センター TEL 0120-948-414
まごころ弁当	月～土	1食 460円～	おかず、弁当 各種コースあり 湯梨浜町内は田後地域まで	まごころ弁当 倉吉市中江 288-10 TEL 33-5958
くるる弁当	月～金	1食 400円～	おかず、弁当 各種弁当あり	交流センターゆるりん館 (ゆるりん食堂) 湯梨浜町中興寺 400-3 TEL 32-2539

会食

名 称	内 容	対 象	連絡先
ふれあい給食	毎週火曜日昼食 つわぶき荘にて 送迎あり	1食 400円	閉じこもり予防を目的に、 65歳以上の一人暮らし高齢 者・高齢者世帯・日中独居 の方が対象。
			湯梨浜町社会福祉協議会 TEL 34-6002

宅配サービス

名 称	内 容	連絡先
生協宅配 (c o - o p)	食品や生活雑貨を自宅まで配送 個人別宅配可能 別途 配達手数料あり	鳥取県生活協同組合 問合せセンター TEL 0120-225-196
おうちでイオン	食品、日用品、衣料品、生活雑貨等の配達 別途 配達料あり ※天候・交通事情により配送できない場合あり	イオン日吉津店 ・カタログでの電話注文 TEL 0120-586-610 ・インターネットでの注文 「イオンネットスーパーイオン日 吉津店」で検索
ネットスーパー マルイ宅配便	食品、日用品、衣料品、生活雑貨等の配達 別途 配達料あり	スーパーマーケットマルイ ・カタログでの電話注文 TEL 0120-931-701 ・インターネットでの注文 「マルイネットスーパー」で検索

移動販売

事業名	内 容	取扱商品	連絡先
移動スーパー くるる	毎週1～2回自宅の前に車で訪問。町内全 地域を中心に活動。 対象者に限定なし。 配達曜日は相談に応じる。 次回訪問時に希望の商品を注文可能。	惣菜、米、パン、菓 子類、飲料、日用品 等店頭に並んでいる 商品	一般社団法人 SORTE (ソルテ) 湯梨浜町松崎 555-3 TEL 38-9055
移動スーパー とくし丸	毎週1～2回自宅の前に車で訪問。泊から 羽合地域に活動。 *販売エリアに限りあり。 次回訪問時に希望の商品を注文可能。	刺身、寿司、総菜、 肉、野菜、果物、パ ン、菓子、日用品等 店頭に並んでいる商 品	エスマート TEL 080-1649-5824

家事・介護・家庭サービス・ボランティアサービス

事業名	内 容	連絡先
ニチイライフ	掃除、調理、買い物等の家事代行サービス 通院、買物など 週1回以上：1時間2,860円 月1回以上：1時間3,630円 ※30分追加ごと1,320円	ニチイライフ 鳥取支店 鳥取市扇町115-1 鳥取駅前第一生命ビルディング4F TEL 0120-212-295
はるかぜ next (自費サービス)	家事代行、通院、買物など外出支援 1時間4,400円 ※15分追加ごと1,100円	訪問介護事業所ケアステーション はるかぜ 倉吉市福庭町1丁目229 TEL 24-6970
マグノリア (自費ヘルパー)	生活援助15分750円 身体介護15分900円 通院介助15分750円	ホームヘルプセンターマグノリア 倉吉市上井町1丁目2番1 TEL 26-3922
地域あんしん サービス助さん	家事や介護等の日常生活において援助をしてほしい人と援助をする人が、お互いに会員になって助け合いを行います。 【サービス内容】 食事の支度、洗濯・掃除、買物代行、電球交換、障子張り、網戸張り、庭の草取り、雪かき等 【対象者】 高齢者世帯、障がい者世帯の援助を必要とする方等 活動費：1時間500円/人	湯梨浜町社会福祉協議会 TEL 34-6002
シルバー人材センター	除草作業、伐採作業、植木の剪定、粗大ごみの運搬、障子張り、網戸張り 等	湯梨浜町シルバー人材センター 湯梨浜町久留98-4 TEL 35-4130 FAX 35-4130
お助けステーション 心結（こゆい）	介護お手伝い（買物、掃除、通院サポート等） 利用料金 1時間1,500円～/人 利用時間は午前中（児童の長期休暇中以外）	一般社団法人お助けステーション 心結（こゆい） 湯梨浜町はわい長瀬611-1 TEL 35-5017
暮らし助け合いの会 (生協)	生協組合員どうしの助け合い活動 家事援助、草取り、病院付き添い等 会員登録の方（1,000円） 利用料1時間1,000円 交通費（往復）1kmごと20円	暮らし助け合いの会 事務局携帯 TEL 090-3172-1432

福祉美容室

事業名	内 容	連絡先
出張福祉美容室 ちょきちょきルーム 楽（らく）	出張美容室 カット、シャンプー、カラー、パーマ等対応	倉吉市上井町 1 丁目 12 番地21 TEL 26-1569
福祉理美容・ヒオキ	自宅や病院、施設などに出張し、美容室と同じサービスを提供 カット、カラー、パーマ等対応	倉吉市中江 524-3 TEL 26-8777

2. 移動が大変

事業名	内 容	連絡先
高齢者・障がい者 タクシーチケット 助成事業	【対象者】運転免許証を所持していない在宅で生活をされている方で下記のいずれかに該当をする方。 ① 申請日において 65 歳以上の方 ② 身体障害者手帳 1, 2 級・療育手帳 A, 精神保健福祉手帳 1 級所持者 ③ 難病患者で特定疾病受給者証を所持している方 ① ② ③の方 1 か月あたり【500 円×2 枚】×月数 ④ 腎機能障害があり、透析通院をされている方 1 か月あたり【500 円×4 枚】×月数	湯梨浜町役場福祉課 【高齢者】 TEL 35-5379 【障がい者】 TEL 35-5374
のりあいバス	対象者：一人暮らし・高齢者世帯、移動困難な方等（自分でバスの乗降や買物ができる方で要介護認定者は除く） 年会費 1,000 円 運行日：金曜日（祝日は休み） 運行時間：9:00～12:00 頃 出発地：東郷地域、泊地域 行き先：役場、町内金融機関、町内医療機関、町内店舗 等	湯梨浜町社会福祉協議会 【泊】つわぶき荘内 TEL34-6002 【東郷】老人福祉センター東湖園 TEL32-0828 【羽合】暮らしサポートセンター ゆりはま（ハワイアロハホール内） TEL35-2351
一般社団法人 鳥取県ハイヤータクシー 協会	ユニバーサルデザインタクシー 高齢者、車いす使用者、ベビーカー利用の親子連れ、妊娠中の方等誰もが利用しやすいタクシー車両 ※街中での呼び止め、予約での利用可 ※小型タクシーの料金で利用可	日本交通株式会社 TEL 22-7111 日ノ丸ハイヤー株式会社 TEL 22-3155 中央タクシー株式会社 TEL 22-7111 倉吉交通株式会社 TEL 22-1511 由良タクシー TEL 37-2110

事業名	内容	連絡先
くらし民間救急ぬのこ	転院や入退院、通院などの緊急性がない場合の搬送。看護師が同乗し軽症者の搬送を行う。 利用料金 発着は鳥取県 ・タクシーメーター料金制（距離時間併用制） 初乗運賃（1.5 kmまで） 680 円 加算運賃（260m ごとに） 100 円	くらし民間救急ぬのこ TEL 070-2666-9259
福祉タクシー	要支援、要介護、ケガや病気で移動が困難な方への、介助付きタクシー。 初乗運賃 680 円 加算運賃 100 円（260m ごとに）	福祉タクシー 福寿 TEL 24-5057



路線バス助成等

事業名	内 容	連絡先
湯梨浜町 高齢者バ ス定期券 購入費助 成	シルバー 悠遊 【対象者】 65 歳以上の方、使用期間内に満 65 歳の誕生日を迎える方 【手続き】 バス事業者の窓口で申請書兼委任状に必要事項を記入し、割引後の定期代をお支払ください。 範囲：日交バス全ローカル線	【助成について】 湯梨浜町役場 まちづくり企画課 TEL 35-5304 【定期券について】 日本交通 TEL 26-1115
	グランド 70 【対象者】 70 歳以上の方 【手続き】 バス事業者の窓口で申請書兼委任状に必要事項を記入し、割引後の定期代をお支払ください。 範囲：日本交通・日ノ丸自動車・県内路線バス	【定期券について】 日本交通 TEL 26-1115 日ノ丸自動車 TEL 26-4111
	免許証自主 返納者定期 券購入助成 【対象者】 令和 2 年 4 月 1 日以降に有効期間内の運転免許証を自主返納した方で「シルバー悠遊」「グランド 70」の購入者 【手続き】 バス事業者の窓口で申請書兼委任状に必要事項を記入し、割引後の定期代をお支払ください。	【助成について】 湯梨浜町役場 まちづくり企画課 TEL 35-5304 【定期券について】 日本交通 TEL 26-1115 日ノ丸自動車 TEL 26-4111

福祉用具の貸出

事業名	内 容	連絡先
車いす貸出事業	車椅子の貸出 使用期間：原則 3 か月 ※介護保険により、車いすの貸与を利用できる方を除く	湯梨浜町社会福祉協議会 【泊】 TEL34-6002 【東郷】 TEL32-0828 【羽合】 TEL35-2351
車いす貸出事業	車椅子の貸出 使用期間：原則 1 か月 ※介護保険により、車いすの貸与を利用できる方を除く	湯梨浜町役場福祉課 長寿福祉係 TEL 35-5379

3. 外出が少ない 閉じこもり気味

高齢者のつどい

事業名	内 容	連絡先
高 齢 者 の 集 い (いこいの日)	参加者が集まり、レクリエーションや趣味活動を通じて仲間づくりを行います 【対象者】おおむね 60 歳以上の元気な方 毎週木曜日開催、参加費 50 円、別途昼食費必要 送迎対応可	湯梨浜町社会福祉協議会 【泊】つわぶき荘内 TEL34-6002 【東郷】老人福祉センター東湖園 TEL32-0828
ひとり暮らし 高齢者の集い	会食や旅行などの集いを実施 湯梨浜町内全域、1~2 回/年	【羽合】暮らしサポートセンター ゆりはま（ハワイアロハホール内） TEL35-2351

総合事業サービス

事業名	内 容	連絡先
温泉トレーニング 助成事業	ゆアシス東郷龍鳳閣で行われる水中トレーニングへの参加費の一部を助成、6 カ月間有効の 300 円助成券を 12 枚交付 【対象者】65 歳以上の方	湯梨浜町役場福祉課 地域包括支援センター TEL 35-5378
ミニデイサービス 事業	運動、栄養、口腔機能低下等があり、その結果うつ傾向、閉じこもりとなっている方を対象に、仲間と一緒に過ごし介護予防。 【対象者】介護認定を受けていない 65 歳以上の基本チェックリスト該当者 【利用回数/場所/利用料】 週 1 回／アロハデイサービスセンターあずま園 1 回 260 円（昼食代 700 円別途必要）	
筋力 トレーニング事業	運動機能低下等を防止し、要介護状態になるのを予防する目的で筋力トレーニング事業（パワーリハビリテーション）を実施。 【対象者】介護保険認定を受けてない 65 歳以上の基本チェックリスト該当者 【利用回数/場所/利用料】 週 1 東湖園 1 回あたり 200 円	
元気アップ筋力トレーニング教室	運動機能の維持向上を目指し、フレイル予防のためにセルフケアできるよう筋トレと在宅でできる体操の指導を実施 【対象者】65 歳以上の身体機能の衰えを感じている方 【利用回数/場所/利用料】 週 1 東湖園・ルサンテリオン東郷 1 回あたり 200 円	

4. 見守りが必要

事業名	内容	連絡先
愛の輪協力員	【対象者】町内一人暮らし高齢者、高齢者世帯 新聞が溜まっていたり、部屋の電気がついていないなど、 協力員のできる範囲で見守りを行う	湯梨浜町社会福祉協議会 総務福祉課 TEL 34-6002
緊急通報システム	【対象者】家族全員が 65 歳以上の高齢者世帯、健康に不安のある 65 歳以上の方が日中独居状態になる世帯等 急病、事故などで緊急に援助が必要な場合、登録してある協力員（家族や地域の人）に音声告知機を通じて連絡が届くシステム	湯梨浜町役場福祉課 長寿福祉係 TEL 35-5379
湯梨浜町地域の安心・安全見守り活動に関する協定	配達・検針業者等が日常業務の範囲内で、新聞が溜まっている、数日間不在の様子がある場合に役場へ連絡 情報を受けた関係課が安否確認を実施	湯梨浜町役場福祉課 地域共生社会推進室 TEL 35-5373
クロネコ見守りサービス（ハローライト訪問プラン）	トイレや洗面所など毎日使用する電球を「ハローライト電球」に交換し、異常を検知すると通知が届き、通知先の方からの依頼があればヤマト運輸のスタッフが代わりに訪問する。 月額 1,738 円	ヤマト運輸株式会社 クロネコ見守りサービス お問い合わせ窓口 TEL 0120-86-2220
HOME ALSOK みまもりサポート	高齢者や離れて暮らす家族の生活を見守るサービスで、体調が悪い時緊急ボタンを押すとガードマンが駆けつけた り、相談ボタンを押して 24 時間健康相談ができたりする。 月額 1,870 円～	ALSOK お問い合わせ・お見積 TEL 0120-39-2413
セコムの高齢者見守りサービス	離れて暮らす親御さまを見守ることができるサービスで、センサーや GPS 端末を通して状況を把握できるものや、急病やケガの際に通報できるもの、楽しくコミュニケーションできるものなどさまざまな見守りサービスがある。 月額 1,320 円～	SECOM お問い合わせ TEL 0120-756-892

5. 認知症が心配

事前登録制度	認知症等により、行方不明となるおそれのある方の情報や写真を登録し、緊急時の捜索活動に活用 登録情報は役場総務課及び倉吉警察署と共有する	湯梨浜町役場福祉課 地域包括支援センター TEL 35-5378
認知症高齢者等位置情報機器利用助成事業	認知症等により行方不明となるおそれのある高齢者に対し、GPS機能を活用した位置情報検索システムを利用する場合に初期費用の一部を助成	
個人賠償責任保険事業	対象者が他人の財産を壊してしまったことなどにより、法律上の賠償責任を負う場合、1つの事故につき保険金額を限度に保証（町で保険に加入しますので、自己負担なし）	

介護者家族のつどい

事業名	開催日時	内 容	連絡先
家族のつどい	第4水曜日 10:00～12:00 中央公民館羽合分館	認知症や介護に関する理解を深め、家族同士で介護の悩みや情報交換を行います。 ※申込不要	湯梨浜町役場福祉課 地域包括支援センター TEL 35-5378
オレンジカフェ	① 第2水曜日 10:00～11:30 総合相談センターどれみ	認知症の人もそうでない人も誰でも気軽に集える場です。 お茶を飲みながら交流したり情報交換したりします。 ※申込不要	
① 「どれみ」 ② 「とまり」	② 第1木曜日 10:00～11:30 役場泊支所		

認知症の予防

事業名	内 容	連絡先
脳活教室	軽い認知機能の低下がある方に、専門職の指導の下、運動と筋トレ等を組み合わせたプログラムを提供。 【対象者】「物忘れ相談プログラム」該当者 【利用回数/場所/利用料】週1回／グループホームゆりはま、アロハデイサービスセンターあずま園/1回200円	湯梨浜町役場福祉課 地域包括支援センター TEL 35-5378

6. 専門家に相談したい



相談会

事業名	開催日	内 容	連絡先
特設人権・行政 相談所	東郷：第2木曜 羽合：第2火曜 泊：第3火曜 ※日時・場所は町報に 掲載	日常生活のいろいろな問題 行政機関への意見・苦情 人権に関わる問題 障がいに関すること	湯梨浜町役場町民生活課 TEL 35-5319
ふれあい総合 相談所	【法律相談】 第2水曜 【土地・財産】 年4回の第1水曜 ※日時、場所は町報に 掲載	法律上の難しい問題 土地・建物等の登記の問題 6・9・12・3月（第1水曜）	場所：ハワイアロハホール 湯梨浜町社会福祉協議会 暮らしサポートセンターゆりはま （ハワイアロハホール内） TEL 35-2351

7. 在宅介護中に使える支援は？

事業名	助 成 内 容	連絡先
家族介護用品購入費助成事業	65 歳以上の高齢者を在宅で介護されているご家族等に対し、おむつ等の購入費を助成。助成券は申請月に応じて交付 【対象者】 要介護4又は要介護5に認定された方を在宅で介護している方、前年度の町民税が非課税世帯	湯梨浜町役場福祉課 長寿福祉係 TEL 35-5379
ごみ袋無料配布	町指定ゴミ袋(大)50 枚 ※年度内に1 世帯につき1 回限り 【対象者】 ① 要介護認定者（施設入所・入院中以外）でおむつを使用している方がいる世帯 ② 生活保護を受給されている世帯 ③ 日常生活用具給付事業のストマ用装具、又は紙おむつの給付を受けている障がい者の方がいる世帯 【必要書類】 ① 介護保険被保険者証 申請日前1 か月間のおむつ購入領収書 ② ③④ 引換券	湯梨浜町役場町民生活課 TEL 35-5318
特別障害者手当	【対象者】重度の障がいがあり、日常生活に常時特別の介護を必要とする 20 歳以上の在宅の方(対象者の所得制限あり)	湯梨浜町役場福祉課 障がい福祉係 TEL 35-5374
ハートフル駐車場利用証制度	【対象者】身体等に障がいのある方や高齢の方などで歩行が困難な方、あるいは出産前後で一時的に歩行が困難な方 専用駐車スペースを利用するための利用証を発行	
高齢者補聴器購入費助成事業	コミュニケーションがとりづらくなったことによる認知機能の低下や閉じこもりを予防し、積極的な社会参加及び地域交流を支援するため補聴器の購入費の一部を助成 【対象者】次の①～③のすべてに該当する方 ① 湯梨浜町内に住所がある、満 65 歳以上の方 ② 聴覚障害による身体障害者手帳をお持ちでない方 ③ 両耳の聴力レベルを平均して 40 デシベル以上 70 デシベル未満の、または 40 デシベル未満でも医師が補聴器の必要性を認めた方 【必要書類】 申請書、補聴器販売店作成した購入予定の補聴器の見積書 * 交付決定通知より先に補聴器を購入した場合、助成の対象外。	湯梨浜町役場福祉課 長寿福祉係 TEL 35-5379

8. 関係機関の相談窓口・連絡先



役場 健康・福祉関係窓口

	内 容	連絡先
福祉課	介護保険・介護相談・高齢者の権利擁護・総合相談 等	地域包括支援センター TEL 35-5378
	介護保険・高齢者福祉 等	長寿福祉係 TEL 35-5379
	障がい者福祉 等	障がい福祉係 TEL 35-5374
	生活保護相談・生活困窮 等	生活支援係 TEL 35-5390
	地域福祉・民生児童委員・重層的支援体制整備事業 等	地域共生社会推進室 TEL 35-5373
健康推進課	健康づくり・各種検診・国民年金・国民健康保険 後期高齢者医療・特別医療	健康増進係 TEL 35-5375 年金保険係 TEL 35-5372

町社会福祉協議会

相談窓口	連絡先
湯梨浜町社会福祉協議会	(本部) 保健福祉センター つわぶき荘 TEL 34-6002
	(東郷地区) 老人福祉センター東湖園 TEL 32-0828
	(羽合地区) ハワイアロハホール TEL 35-2351

町内医療機関

医療機関名	住 所	電話番号
上原整形外科医院	湯梨浜町はわい長瀬 680-13	35-3811
みはらクリニック	湯梨浜町田後 222-1	35-2733
吉田医院	湯梨浜町泊 750	34-2020
あだち歯科医院	湯梨浜町中興寺 358-1	32-2181
音田歯科医院	湯梨浜町旭 77-2	32-0304
くらしげ歯科クリニック	湯梨浜町田後 221-6	35-5160
さくら歯科診療所	湯梨浜町泊 1204-1	34-6221



【発行・問い合わせ先】

湯梨浜町地域包括支援センター

（ 湯梨浜町役場 福祉課内 ）

電話番号 : 35-5378

営業時間 : 月曜日 ~ 金曜日

午前8時30分 ~ 午後5時15分