

中山町

生活お役立ち ガイドブック



いつでもすぐにみられるように
お近くに置いてお役立てください！

令和7年1月版

発行：中山町健康福祉課
介護支援グループ

中山町 生活お役立ちガイドブック



もくじ

はじめに		p.2	
1	家事支援	家事支援	p.3
		雪かきに役立つ情報	
2	食材・弁当の配達等	食材・弁当の配達サービス	p.4
		移動販売	
3	日用品の配達等	日用品の配達等	p.5
4	外出支援	福祉タクシー	p.6～7
		デマンド型乗合タクシー	
		中山町町営バス	
5	見守り・安否確認	見守りサービス等	p.8～9
		民生児童委員・地域福祉推進員	
6	総合相談窓口(高齢者福祉)	地域包括支援センター	p.10
7	通いの場	通いの場の紹介	p.11
		「百歳体操」を始めるグループ等への町からの支援	
8	その他情報ページ	困ったときの各種相談窓口	p.12～15
		中山町の福祉サービスについて	
			手作り時刻表

スキなまちを

誰かの  て  を借りて

ステキなまち にしよう

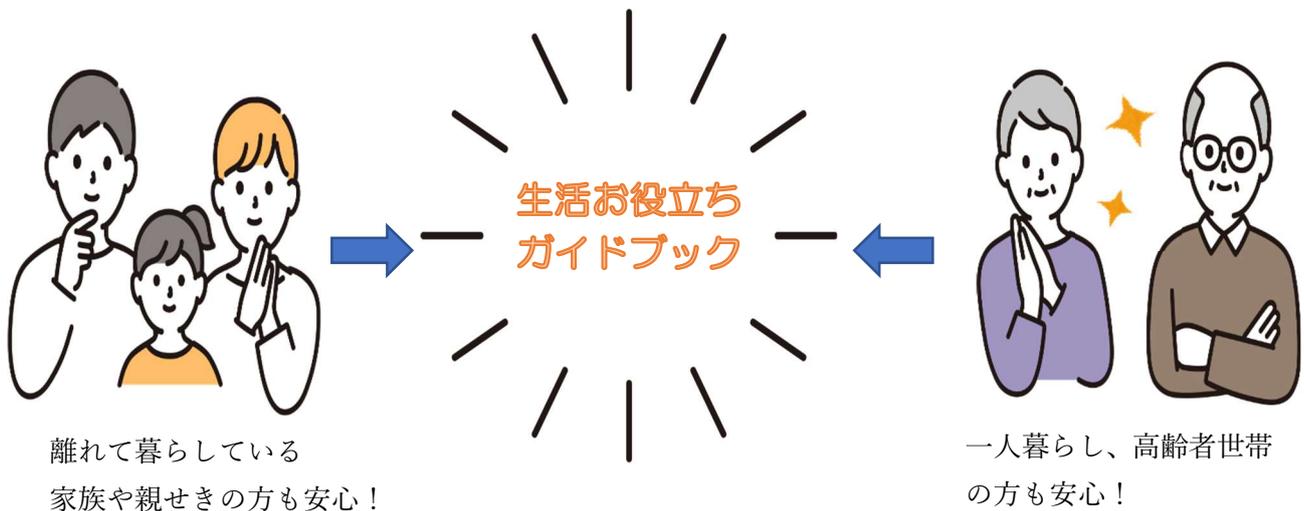
はじめに

中山町では、今後さらに少子高齢化が進み、一人暮らしや夫婦だけで暮らす高齢者の増加が見込まれます。この『生活お役立ちガイドブック』は、生活する中で

「困ったな」「どうしたらいいの？」と感じた方がこの冊子を見ることで

「助かった!」「よかった!」と喜んでもらえるような情報をまとめて載せています。

中山町にお住まいの方が、住み慣れた町でいつまでも自分らしく安心して暮らし続けられるよう、支え合いの地域づくりができるよう願っています。



※注 ガイドブックを作成するにあたり、趣旨等を説明し掲載許可のいただけたお店等の情報についてのみ掲載しております。そのため、まだ記載されていないお店・団体さんもあります。

今後更に記載内容を充実していけるよう活動してまいりますので、「うちの店も載せて欲しい!」ということがありましたら、ぜひ下記までご連絡ください。



お問い合わせ：中山町健康福祉課

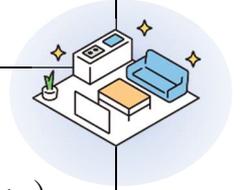
介護支援グループ ☎023-662-2456

1. 家事支援



◎家事支援

団体名	問合せ先	内容
中山町 シルバー人材センター	023-662-5700	障子・ふすまの張替え、除草・造園関係 お墓掃除(その他要相談)
株式会社 ニチイ学館	023-641-3363	ニチイライフ (家事代行・通院の付き添い等、 詳細はご確認ください。) ニチイライフはそれぞれの暮らしを 支援するサービスです。



◎雪かきに役立つ情報

団体名	問合せ先	内容
中山町 シルバー人材センター	023-662-5700	単発的な雪かきについてはお受けできない ケースがあります。 ※トラックによる雪片付け、屋根の雪下 ろしは行っていません。

◎中山町高齢者等雪害対策事業について

中山町では、自力での雪下ろしが困難で支援してくれる親族のいない、家族全員が下記の要件に該当する世帯等を対象に、業者等にお願いした屋根の雪下ろし等の費用の一部を助成します。

注意：車庫や小屋等の居宅以外の屋根の雪下ろしは該当しません。

●対象となる方●

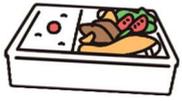
中山町に住所を有し、世帯全員が次の要件のいずれかに該当する世帯

- ① 65歳以上の方
- ② 要介護認定3以上を受けている方
- ③ 身体障害者手帳1級または2級を所持している方
- ④ 療育手帳Aを所持している方
- ⑤ 精神障害者保健福祉手帳1級を所持している方



※ 同一宅地内または隣接地に上記の要件に当てはまらない方（3親等以内）がいる世帯、生活保護受給世帯は対象となりません。

◇詳細は(福)中山町社会福祉協議会、健康福祉課、民生児童委員にお問い合わせください
(福)中山町社会福祉協議会 (023-662-4361) 福祉子育て支援グループ (023-662-2673)



2. 食材・弁当の配達等



◎弁当の配達

団体名	問合せ先	内容
グレートライフ	080-6015-1899 (担当 横山)	冷凍保存ができる健康おかずの宅配食 特別食（介護食、糖尿病食等）もあります。 真空パックで冷凍宅配食。
宅配クック123	山形店 023-616-5471	高齢者向け宅配弁当 普通食、健康ボリューム食、塩分調整食、透 析食、柔らか食など各種揃えています。 ご家族にも安心「安否確認」もいたします。
ワタミの宅食	0120-321-510	日替わり5日間コース 日替わり7日間コース 曜日を選べるコース等



◎食材の配達

団体名	問合せ先	内容
かくた商店 元町店	023-662-3524	電話での注文や店舗で購入した食材(1000円以上)をお買い上げの方に無料配達サービス 公民館・職場・会合先への配達 店内に簡易イスを設けていますので、休憩しながらゆっくりお買い物ができます。

◎移動販売

団体名	問合せ先	内容
せいきょう便 CO・OP 移動店舗	0120-916-244 ※ご不明点は お問合せ下さい	【火曜日】 11:10 柳沢：集落センター 11:40 柳沢：柳澤寺前 12:00 土橋：土橋公民館前 【水曜日】 14:30 梅ヶ枝：理容ヤマトさん前 【木曜日】 10:30 落合：理容テルコさん前 ※欲しい商品がございましたらご連絡ください。
移動スーパー とくし丸	090-5599-4214 (担当 渡辺) ※ご不明点は お問い合わせ下さい	お買い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ます。商品はヤマザワ店舗より供給。



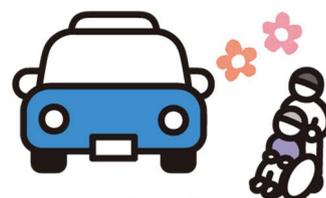
3. 日用品の配達等

記載は 50 音順です

団体名	問合せ先	内容
かくた商店 元町店	023-662-3524	電話での注文や店舗で購入した日用品（1000 円以上）をお買い上げの方に無料配達サービス ・ゆうパックを取り扱っています。 ・葬祭用盛り籠の注文も承ります。
コメリ 中山店	023-663-1003	来店し購入した品物を宅配（有料） 「コメリまごころ便」（こだわりの商品がお家で簡単に選べる） 大人用紙パンツ、日用品、ペット用品他 まごころ便のカタログがありますのでお問い合わせください。
ツルハドラッグ 中山あおば店	023-663-3138	「とどけ〜る」店舗での購入品を有料(550 円〜)で宅配（冷蔵・冷凍・日配品を除く） ※毎月 15・16・17 日は 60 歳以上の方、配達料金半額(ポイントカード、シニアマーク提示にて) レジで相談すると、スタッフが梱包します。 ※成人用紙おむつ 1 ケース単位で無料宅配。
ヤマザワ中山店	023-679-3888	来店し購入した品物を常温で宅配（有料）



4. 外出支援(1)



◎福祉タクシー

中山町が発行しているタクシー券等が利用できるタクシー会社を載せています。(順不同)

(令和6年8月現在)

	No.	団体名	問合せ先	中山町が交付している各利用券の利用可否				
				①県タクシー共通乗車券 ※下記参照	②町障がい者タクシー券	③町ねたきり老人等移送サービス	車イス対応	ストレッチャー
寒河江市	1	寒河江タクシー株式会社	フリーダイヤル 0800-800-2161 023-662-2059	○	○	○	○	
山形市	2	山交ハイヤー(株)	023-684-1513	○	○	○	○	○
	3	八千代交通株式会社	023-622-5001	○	○	○	○	○
	4	株式会社山形タクシー	023-622-4561	○	○		○	
	5	平成タクシー株式会社	023-615-1313	○	○		○	
	6	観光タクシー株式会社	023-622-7288	○	○	○	○	○
	7	うるしやまタクシー	023-684-7111	○	○		○	
	8	介護タクシーサンサン	090-6921-4151		○	○	○	○
	9	マリーサポート株式会社	023-666-5455			○	○	○
天童市	9	らくらく介護タクシー	023-600-7385		○	○	○	○
	10	NPO 法人福祉グループ コアラやまがた県央	023-651-8038		○		○	
	11	株式会社なでしこ福祉	023-687-1188		○	○	○	○
	12	ベア・ロジコ (テニサービス)	023-655-2126			○	○	○
	13	介護タクシーA&C	090-8921-5220			○	○	○
山辺町	12	山辺観光タクシー株式会社	023-664-5030	○	○	○	○	○
上山市	13	介護タクシーさくら	023-672-4601		○	○	○	
朝日町	14	介護タクシー・かなエール	0237-85-1147		○	○	○	○

- ① 総務広報課 防災安全対策室 (662-4899)
- ② 健康福祉課 福祉子育て支援グループ (662-2673)
- ③ 健康福祉課 介護支援グループ(662-2456)

4. 外出支援（2）

◎デマンド型乗合タクシー スマイルグリーン号

デマンド型乗合タクシーとは、バスとタクシーの両方の良い所を兼ね備えた交通機関です。

- ・スマイルグリーン号を利用するにはご利用前に利用登録が必要です。
- ・運行日……月・水・金（完全予約制のため、予約の無い便は運行しません）
- ・運休日……祝日、お盆（8/13～8/17）・年末年始（12/29～1/3）
- ・中山町(長崎地区) ⇄ 山形市街地までは600円となります。
- ・完全予約制なので、電話で利用の予約をします。
- ・登録受付先：中山町総合政策課政策企画グループ ☎ 662-4271まで
上記の電話番号は予約センターの電話番号ではありません。予約センターの電話番号は登録後にお知らせします。

デマンド型乗合タクシーの乗降地は、下記の9地点のみとなっております。

- | | |
|---------------|-----------------|
| ・いずみ（ゆ・ら・ら前） | ・中山町役場 |
| ・町立図書館 | ・旭町 |
| ・JR長崎駅前 | ・旭町東（小松石材店前） |
| ・ライズ（ヤマザワ中山店） | ・文新田北（生活改善センター） |
| ・上町（安達歯科医院前） | |

※町営バスのバス停にある緑の看板が目印です。



◎中山町町営バス（一般100円、小学生50円、幼児（就学前）無料）

町営バスを有効に利用するために、あなたの時刻表（背表紙）を作成してみましょう。

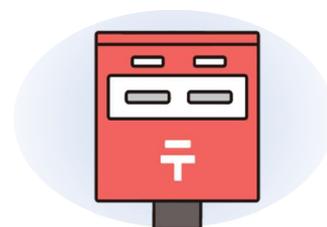
町から配布されている【中山町町営バス 時刻表】をご覧ください

【例】あなたが日頃利用される施設名を書いて見えるところに貼って利用してください！

(例)町立図書館	長崎郵便局	中山町役場	〇〇医院前	〇〇
8:34	8:42	8:50	〇〇:〇〇	〇〇:〇〇
10:49	10:57	11:05	〇〇:〇〇	〇〇:〇〇

5. 見守り・安否確認に役立つ情報(1)

	問合せ先	内容
郵便局のみまもりサービス (みまもり訪問サービス) (みまもりでんわサービス) (駆けつけサービス)	固定電話から 0120-23-28-86 携帯電話から(通話料有料) 0570-046-666 (もしくはお近くの郵便局へご相談ください)	みまもり訪問サービス 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。月額 2,500 円(税込) 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。 固定電話：月額 1,070 円(税込) 携帯電話：月額 1,280 円(税込) 駆けつけサービス もしもの時に、ご家族からの要請に応じて警備会社がご利用者宅に駆けつけます。月額 880 円(税込) ※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していただく必要があります
ボランティア ひまわりの会 (お話相手)	023-662-4361 (福)中山町社会福祉協議会	・お話相手を行っている中山町のボランティアグループです。 連絡・お問い合わせ等は(福)中山町社会福祉協議会を通してお願いします。
高齢者見守り事業	023-662-2456 健康福祉課 介護支援グループ	・満70歳以上の高齢者で次のいずれかに該当する方 ① 一人暮らしの方 ② 当該高齢者以外の同居家族が寝たきり又は長期入院等している方 毎週2回(月・木)1回につき1本の乳酸菌飲料を配達し、配達員が直接手渡し等を行い、安否確認等見守りをを行います。安否確認ができない場合は、緊急連絡先へ連絡し対応いたします。



5. 見守り・安否確認に役立つ情報(2)

民生委員・児童委員 地域の身近な相談相手です

◎民生委員・児童委員

【民生委員・児童委員の役割】

民生委員……それぞれが担当する区域において**地域の人たちの生活上のさまざまな相談に応じ**、行政をはじめ適切な支援やサービスへの「つなぎ役」としての役割を果たすとともに、**高齢者や障がい者世帯の見守り、安否確認などにも重要な役割**を果たしています。

児童委員……民生委員は児童委員を兼ねることとなっており、**子どもたちの見守りや子育てに関する支援**なども行っています。

民生委員・児童委員は、地域の人たちとの信頼関係を基盤として成立しています。そのために、**民生委員法に基づき守秘義務**が課されていますので、福祉や介護、子育て、生活に関する悩みごと、心配ごとがありましたら、お住まいの地区を担当している民生委員・児童委員にご相談ください。



◎地域福祉推進員

【地域福祉推進員の役割】

地域福祉推進員は、地区の民生委員や区長と連携を図り、地域住民とともに **福祉のまちづくり**を推進するために活動します。

- ・担当地区の見守り、声かけ活動
- ・見守り、声かけ等で得られた情報を民生委員や区長と共有し、連携しての問題解決などの活動に、重点的に取り組んでいきます。

6. 総合相談窓口（高齢者福祉）

高齢者の介護、福祉、認知症などのお悩みは…

「地域包括支援センター」にご相談ください

中山町地域包括支援センターは、平成18年4月に開設された高齢者福祉の相談窓口です。センターには、主任介護支援専門員、社会福祉士、保健師、介護支援専門員がおり、介護予防が必要な高齢者の心身の健康維持や、安定した生活が送れるよう相談や支援を行っています。

また、地域の方や介護をしているご家族が安心して暮らせるよういつでも相談に応じます。無料で行っていますので、小さなことでもお気軽にご相談ください。（相談内容は秘密厳守します）



主な相談内容

- ・介護 ・福祉サービス ・介護予防事業
- ・高齢者の日常生活/虐待 ・要支援者
- ・成年後見制度/権利擁護の啓発運動 など

介護・健康のこと

- ・介護保険を利用するにはどうしたらいいのですか？
- ・「要介護」と連絡が来ました。サービスを利用するにはどうすればいいのですか？
- ・友達がどこかに通っているみたい。私も行けますか？

両親・兄弟・親族のこと

- ・家にばかりいる父にデイサービスを利用してもらいたいのですが…。
- ・兄弟（姉妹）は独り身で、誰も介護してくれる人がいません。

私も歳で面倒は見られません。



近所の高齢者のこと

・大声で怒る声が聞こえます。
道端で会うとよそよそしくて…
虐待を疑っています。



お金や財産管理のこと

・忘れることが多くなってきました。
頼れる人も近くにおらず、
どうしたらいいかと悩んでいます。

まずはお電話ください
中山町地域包括支援センター

 **023-662-6637**

7. 通いの場

参加者を随時募集しておりますので、興味のある方は、

お気軽に健康福祉課介護支援グループ（☎ 023-662-2456）にご連絡ください

団体等名称	開催場所	開催曜日	開催時間
新田町百歳体操	新田町公民館	木曜日	午前10時～午前11時
上町地区いきいき百歳体操	上町コミュニティセンター	火曜日	午前10時～午前11時
元町いきいき体操会	元町公民館	火曜日	午前10時～午前11時
旭町健康教室	東部地区多目的交流センター	木曜日	午前10時～午前11時
旭町お茶飲みクラブ	東部地区多目的交流センター	月曜日	午前9時30分～ 午前11時
さくら会	桜町公民館	木曜日	午前9時～午前10時
北小路老人クラブ（银杏会）	北小路公民館	木曜日	午後1時20分～ 午後2時30分
南小路きららクラブ	南小路公民館	木曜日	午後1時30分～ 午後2時30分
三軒屋お茶のみ会	三軒屋公民館	第4月曜日	午前9時30分～ 午前11時30分
あおばの会	中央公民館	水曜日	午後1時～午後4時
金沢百歳体操会	金沢公民館	木曜日	午後1時30分～ 午後3時
柳沢もりあげ隊	柳沢集落センター	水曜日	午後1時30分～ 午後2時30分
居場所づくりの会	土橋公民館	水曜日	午後1時00分～ 午後3時00分
岡いきいき体操クラブ	岡地区文化交流センター	水曜日	午後1時30分～ 午後2時30分
<small>おかえり</small> 岡縁里	柏倉喜作家 敷地内小屋	火、金曜日	午前10時～午後3時

（令和6年現在）

◎「百歳体操」を始めるグループ等への町からの支援

支援内容	支援を受けるための要件
<ul style="list-style-type: none"> ・おもり、DVDの貸し出し ・備品（テレビ、DVDプレーヤー、イスなど）購入への補助（補助率2/3、5万円限度） ・体操の指導者派遣 ・体力測定のお手伝い 	<ul style="list-style-type: none"> ・おおむね3人以上の高齢者の参加が見込まれること（体操の指導者派遣はおおむね10人以上の高齢者の参加が見込まれること） ・週に1回以上、6月以上継続して行うこと ・会場及び必要な備品が準備できること



8. その他情報ページ

◎困った時の各種相談窓口一覧

相談種類	相談内容	相談実施機関	連絡先
悩みごと 心配ごと こころの相談	心配ごと(法律)相談	(福)中山町社会福祉協議会	023-662-4361
	こころの健康相談	中山町健康福祉課 健康づくりグループ	023-662-2836
	こころの健康相談ダイヤル	山形県精神保健福祉センター	023-631-7060
	精神保健福祉相談	村山総合支庁 (村山保健所)	023-627-1184
	生活自立支援相談	(福)中山町社会福祉協議会	023-662-4361
	生活困窮者自立支援相談 (仕事を探す生活を見直す等)	山辺町社会福祉協議会 (東南村山地域生活自立支援 センター)	023-666-8162
	高齢者の生活支援及び介護 サービスに関する相談	中山町地域包括支援センター	023-662-6637
消費生活相談	消費生活に関する相談	中山町消費者生活相談窓口 (役場総合窓口)	023-662-2593
健康相談 予防接種 栄養相談	定期健康相談 予防接種関係 栄養相談	中山町健康福祉課 健康づくりグループ	023-662-2836
高齢者福祉	介護制度関係	中山町健康福祉課 介護支援グループ	023-662-2456
障がい者福祉	福祉サービス関係	中山町健康福祉課 福祉子育て支援グループ	023-662-2673
子育て、保育 児童クラブ	子育て支援関係	中山町健康福祉課 福祉子育て支援グループ	023-662-2705

◎中山町の福祉サービス等について

	対象者	サービス名	問合せ先	電話番号
65歳以上	一人暮らしの高齢者、高齢者のみの世帯及び身体障害者のみの世帯	緊急通報装置貸与 ※民生委員児童委員を通じて申請	介護支援グループ	023-662-2456
70歳以上	70歳以上及び身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳所持者	「ゆ・ら・ら」 入浴券購入への助成 ※申請窓口は「ゆ・ら・ら」		
知的・精神的・精神的障がい者 65歳以上及び身体障がい者	<u>町民税非課税世帯</u> で高齢者のみの世帯及びこれに準ずる世帯並びに身体障がい者であって、心身の障がい及び疾病の理由により食事の調理並びに買い物が困難な方	福祉弁当配達サービス ※民生委員児童委員を通じて申請	福祉子育て支援グループ	023-662-2673
寝たきり状態等の方	寝たきり状態のため普通車両では外出が困難な在宅の高齢者または重度障がい者（児）	移送サービス		
	常時失禁状態が1か月以上継続している高齢者または心身障がい者（児）（要件有） ※介護保険施設を除く 他、所得制限有	紙おむつ支給	介護支援グループ	023-662-2456
	在宅の「寝たきり・認知症の高齢者」または「重度障がい者」で日常生活において一定の介護を必要とする方を6か月以上継続して介護している家族等 （介護度に要件有）	寝たきり高齢者等 介護者激励金の支給 ※申請の案内は、お知らせ版で周知		

◎中山町の福祉サービス等について

	対象者	サービス名	問合せ先	電話番号
児童	高校生年代までの児童を養育する方	児童手当	福祉子育て支援グループ	023-662-2673
	離婚等により、父親及び母親と生計をともにしていない児童の母及び父、あるいは母・父に代わってその児童を養育している方 (低所得制限等、要件有)	児童扶養手当		
	20歳未満で、一定の障がいがあると認められた児童を監護している方 (等級等に要件有)	特別児童扶養手当		
	児童の保護者が疾病や出産、事故、災害等の事由により、養育が一時的に困難になった家族 (所得や児童の年齢等に要件有)	子育て支援短期入所	福祉子育て支援グループ	023-662-2705
町民全体	高齢者や知的障がい、精神障がいのある方などで、各種福祉サービスの利用が困難な方、お金の管理や引き出しができないなど日常生活に不安のある方	福祉サービス利用援助事業	(福)中山町社会福祉協議会	023-662-4361
	急なけがや旅行などにより、一時的に車いすが必要となった方	車いす短期貸付	介護支援グループ	023-662-2456
身体・知的・精神障がい者	障害者手帳所持者 (身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳所持者) (各等級要件有)	心身障がい者福祉タクシー利用券の交付	福祉子育て支援グループ	023-662-2673
	本人が運転可能な、心身障がい者 (身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳所持者) で、かつ本人名義の車のある方 (各等級要件有)	心身障がい者自動車福祉給油券の交付		

◎中山町の福祉サービス等について

	対象者	サービス名	問合せ先	電話番号
身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方	身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳所持者	町営バスの料金減免	まちづくり推進グループ	023-662-4271
	身体障がい者更生相談所の判定により、補装具の必要性が認められた方	補装具の交付 (原則1割負担)	福祉子育て支援グループ	023-662-2673
	町から利用の決定を受けた方 (支援の度合、本人や家族の状況、要望等をもとに決定します)	障害者総合支援法 ・障害福祉サービス (原則1割負担)		
	町から利用の決定を受けた方 (障がいの程度、本人や家族の状況、要望等をもとに決定します)	地域生活支援事業		
	精神や身体に著しく重度の障がい が重複しているため、日常生活において 常時特別な介護が必要な20歳以上の方 (所得制限有)	特別障害者手当		
	精神や身体に重度の障がいがあるため、 日常生活において常時特別な介護が必要 な20歳未満の方 (所得制限有)	障害児福祉手当		
透析療法を受けている方	人工透析療法を受けるため、医療機関への往復にバス、電車、自動車を利用している方	人工透析患者交通費の助成		

中山町町営バス時刻表

日頃よく利用する施設・最寄りのバス停の時刻を記入しましょう



【行き】

最寄りのバス停				

【帰り】

				最寄りのバス停

