

ある！ある！ わらび

つどうことから
始めよう！

蕨つどいの場
ガイドマップ

ぜひ、
ご利用ください！

地域の
社会資源情報一覧



はじめに…

蕨市社会福祉協議会は、平成27年度から蕨市より「生活支援体制整備事業」を受託しています。この事業は、高齢者が住み慣れた地域で、安心して暮らし続けることができるよう、「生活支援コーディネーター」を配置し、地域での支え合い体制づくりを推進する事業です。

このパンフレット(蕨つどいの場ガイドマップ・地域の社会資源情報一覧)は蕨市の暮らしを支えるための様々なサービス情報を集めたものとなっています。

日常生活の困りごとを解決すること、また、高齢者から相談を受ける地域包括支援センターやケアマネジャー等に対する支援活動の一助となることを目的としています。

是非、ご利用下さい。



目 次

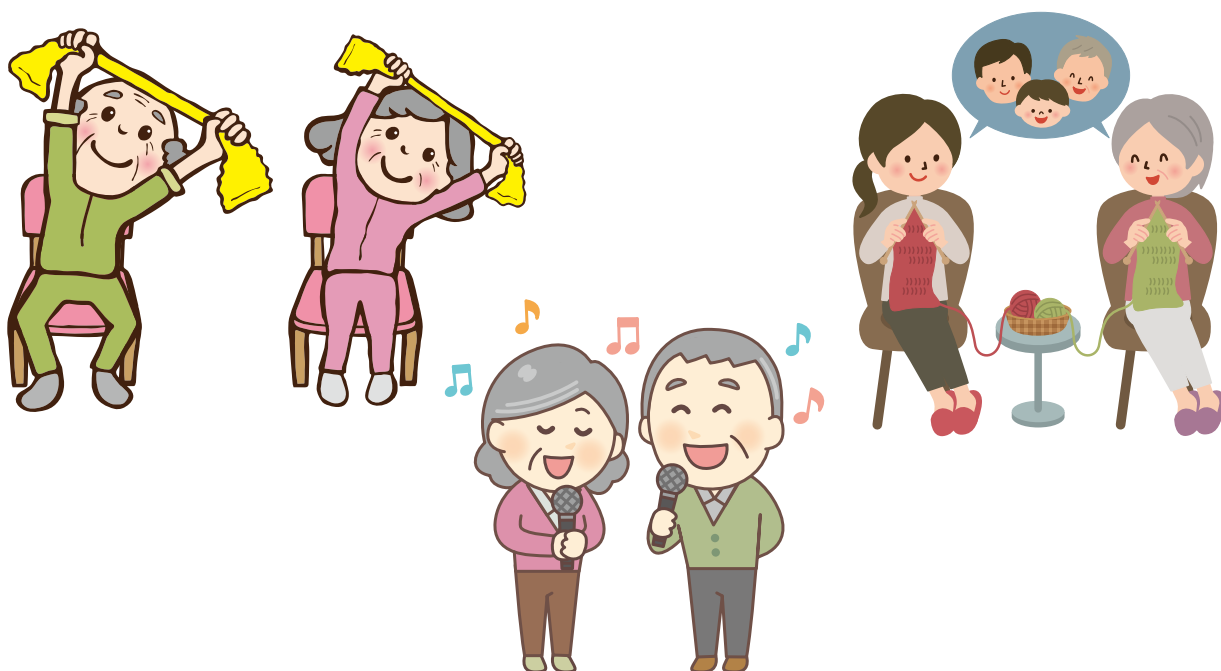
歳つどいの場ガイドマップ 4

●北 町	4
●塚 越	6
●南 町	8
●中 央	10
●錦 町	12

地域の社会資源情報一覧 14

●訪問介護サービス	14
●配食サービス	16
●介護タクシー	17
●スーパーマーケット	19
●移動スーパー	19

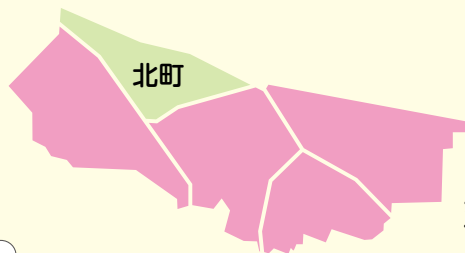
いきいき百歳体操 20



蕨っどいのかガイドマップ

北町 Kitamachi



 ⇒ トイレ  ⇒ ベンチ



▲ 三 学 院



● 事前に連絡の必要はありません

名 称	活 動 内 容	料 金	活 動 場 所	活 動 日 時	地 図
来た！？コミ サロン 蕨社協 北町支部	おしゃべり・ お茶飲み	無 料	北町 コミュニティー・センター	毎月 第2・4木曜日 13:30～15:00	
オレンジカフェ クローバー ライフコミュニケーション蕨	おしゃべり・ お茶飲み	無 料	ライフコミュニケーション蕨	毎月 第3木曜日 13:30～15:30	
ちょこっと貯筋体操教室 第一地域包括支援センター	健康体操	無 料	北町公民館	1回／月 金曜日 10:15 ～ 11:15	
オレンジ和楽備 りんご	おしゃべり・ お茶飲み	無 料	第2サンクチュアリ 1階食堂	4か月に1回 第4月曜日 14:00 ～	

● 参加ご希望の方は、蕨市社会福祉協議会までご相談ください(TEL 048-443-6051 FAX 048-444-7050)

名 称	活 動 内 容	料 金	活 動 場 所	活 動 日 時	地 図
歌声喫茶 萬寿屋	合 唱・ おしゃべり	1回 300円	萬 寿 屋	毎週 火曜日 13:30～14:30 毎週 木曜日 10:30～11:30	
友 美 会	カラオケ・ おしゃべり	1回 500円	友美会会長宅	毎月 3回水曜日 13:00～16:00	
高齢者クラブ 北五寿会	カラオケ	月 1,500円	北町5丁目町会会館	毎週 水曜日 12:00～16:00	
じゃすみん蕨カラオケ会	カラオケ	月 500円	じゃすみん蕨	毎週 月曜日 13:00～ 毎週 金曜日 9:00～	
日々クラブカラオケ大会	カラオケ	月1,500 円	北町5丁目町会会館	毎週 水曜日 13:00 ～	
健康麻雀	麻雀	月1,000円 ／1回100円	北町公民館	毎週 金曜日 13:00 ～	
北町囲碁クラブ	囲碁	無料	北町公民館	毎週 土曜日 12:30 ～	

※記載されている料金の他に、別途年会費やクラブ・町会等への加入が必要となる場合があります。
また、開催日が変更される場合や中止または延期になっている場合がありますのでご了承ください。



▲ 来た!? コミサロン



● グラウンドゴルフ

運営主体	活動場所	活動日時	地図
北ー グラウンドゴルフ	北町公園 (北町1-27-15)	毎週 月・金曜日 9:30~12:00	①
北町3丁目 グラウンドゴルフ愛好会	記念樹公園 (三学院前)	毎週 水曜日 9:30~11:00	②
北町4丁目 グラウンドゴルフ	北町ふれあい公園 (北町4-10-3)	毎週 月・水・金曜日 9:00~10:00	③

※希望される場合は、蕨市社会福祉協議会(TEL. 048-443-6051)へお問い合わせください。

● ラジオ体操

運営主体	活動場所	活動日時	地図
北町ラジオ体操会	市民体育館前	毎日 6:30 ~ 6:40	①
	3丁目・4丁目付近マンション	毎日 6:30 ~ 6:40	②

※希望される場合は、蕨市社会福祉協議会(TEL. 048-443-6051)へお問い合わせください。

塚越 Tsukagoshi



● 事前に連絡の必要はありません

名 称	活 動 内 容	料 金	活 動 場 所	活 動 日 時	地 図
ふれあいサロン 蕨社協 塚越支部	おしゃべり・ お茶飲み・脳トレ	無 料	けやき荘	毎月 第2・4月曜日 13:30～15:00	1
オレンジカフェ クローバー グリーンライフ蕨	おしゃべり・ お茶飲み	無 料	グリーンライフ蕨	毎月 第2月曜日 14:00～15:30	2
介護おしゃべりサロン 東公民館	おしゃべり・相談	無 料	東公民館	毎月 第4木曜日 13:30～15:00	5
街の保健室	おしゃべり・相談	無 料	喫茶店ボンクラージュ	毎月 第2水曜日 14:00～18:00	7
みんなのサロン	学び・おしゃべり	無 料	第三地域包括 支援センター	毎月 第3水曜日 14:00～	8
みんなのサロン	学び・おしゃべり	無 料	東公民館 1階団体連絡室	毎月 第2金曜日 14:00～	5
介護者サロン	介護者のつどい	無 料	第三地域包括 支援センター	毎月 第4火曜日 14:00～	8
オレンジ和楽備 いどばた	おしゃべり・ お茶飲み	無 料	ウェルシア蕨塚越店 ウェル カフェ（イオンタウン蕨内）	4か月に1回 第4月曜日 14:30～	9

● 参加ご希望の方は、蕨市社会福祉協議会までご相談ください(TEL 048-443-6051 FAX 048-444-7050)

名 称	活 動 内 容	料 金	活 動 場 所	活 動 日 時	地 図
地域開放リハビリ グリーンライフ蕨	機械を使用した リハビリストレッチ・ お茶飲み	無 料	グリーンライフ蕨	毎週 土曜日 13:30～15:30	2
高齢者クラブ 末広会	カラオケ	無 料	けやき荘	毎月 第2・4土曜日 13:30～15:00	1
ほのぼのクラブ 高齢者クラブ 二葉会	合唱・談話・脳トレ	年間 500円	塚越2丁目町会会館	毎月 第1・3木曜日 13:30～16:00	3
和みの会 高齢者クラブ 二葉会	手芸・おしゃべり・ お茶飲み	年間 500円	塚越2丁目町会会館	毎月 第2・4木曜日 13:30～16:00	3
高齢者クラブ二葉会	カラオケ	無 料	けやき荘	毎週 水曜日 第4日曜日 13:00～15:00	1
高齢者クラブ 三寿会	カラオケ	無 料	けやき荘	毎月 第1月曜日 毎月 第3土曜日 13:00～15:30	1
高齢者クラブ 塚越和楽会	カラオケ	無 料	けやき荘	毎月 第2日曜日 9:00～12:00	1
高齢者クラブ 七和会	体操	無 料	けやき荘	毎月 第3日曜日 13:00～15:00	1
塚七高齢者交流の会 高齢者クラブ 七和会	カラオケ・軽食	1回 500円	塚越7丁目町会会館	毎月 第4土曜日 11:30～13:00	4
塚越6丁目町会 健康推進部	健康体操・お茶飲み (町会のみ)	無 料	塚越6丁目町会会館	毎月 第2水曜日 13:30～15:00	6

※記載されている料金の他に、別途年会費やクラブ・町会等への加入が必要となる場合があります。

また、開催日が変更される場合や中止または延期になっている場合がありますのでご了承ください。



▲ 老人福祉センター けやき荘

● グラウンドゴルフ

運営主体	活動場所	活動日時	地図
二葉会・末広会 グラウンドゴルフ	塚越グラウンド (塚越3-19)	月2回 1回/週 火曜日 9:00~12:00	①
123会 グラウンドゴルフ	塚越グラウンド (塚越3-19)	月2回 9:00~12:00	①
三寿会 グラウンドゴルフ	塚越グラウンド (塚越3-19)	第1・3木曜日 2回/月 9:00~11:00	①
塚越5丁目 グラウンドゴルフ同好会	丁張稻荷公園 (塚越5-28)	第2日曜日	④
塚越和楽会 グラウンドゴルフ	塚越グラウンド (塚越3-9)	月7回 9:00~11:30 13:00~15:00	①

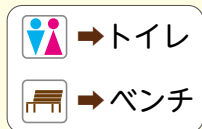
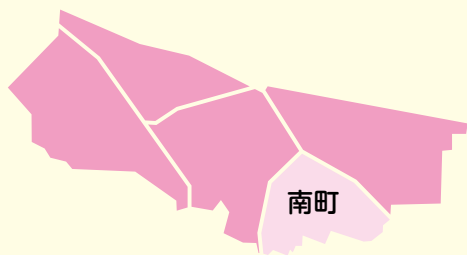
※希望される場合は、蕨市社会福祉協議会(TEL. 048-443-6051)へお問い合わせください。

● ラジオ体操

運営主体	活動場所	活動日時	地図
各団体	市民公園	毎日 6:30 ~ 6:40	①

南町

Minamicho



▲ 桜並木



● 事前に連絡の必要はありません

名 称	活 動 内 容	料 金	活 動 場 所	活 動 日 時	地 図
オレンジカフェ クローバー リハビリホームまどか蔵	おしゃべり・ お茶飲み	無 料	リハビリホームまどか蔵	毎月 第4木曜日	
オレンジ和楽備 さくら	おしゃべり・ お茶飲み	無 料	いきいきタウン蔵 1階	4か月に1回 第4月曜日 14:00 ~	

● 参加ご希望の方は、蔵市社会福祉協議会までご相談ください(TEL 048-443-6051 FAX 048-444-7050)

名 称	活 動 内 容	料 金	活 動 場 所	活 動 日 時	地 図
虹の会	みんなで歌う会・ お茶飲み	1回 200円	三和稻荷神社社務所	毎月 第4金曜日 13:30~15:30	
よさこい女友会	よさこい・体操	月 500円	ポンプ場2階	毎月 第1・3金曜日 14:30~16:30	
若葉健康体操クラブ	健康体操	月 2,000円	ポンプ場2階	毎月 第1・2・4火曜日 19:30~21:00	
健康麻雀	麻雀	月 100円 1回 1,000円	南公民館	毎週 土曜日 12:30~	
南囲碁クラブ	囲碁	無 料	南公民館	毎週 火曜日 9:30 ~	
つどいのば 第二地域包括支援センター	介護予防 交流の場	無 料	南公民館 下蔵公民館	第3月曜日 14:00~15:00	
にんち症家族サロン 第二地域包括支援センター	介護者のつどい	無 料	いきいきタウン蔵	3回/年 13:30~15:00	

※記載されている料金の他に、別途年会費やクラブ・町会等への加入が必要となる場合があります。
また、開催日が変更される場合や中止または延期になっている場合がありますのでご了承ください。



● グラウンドゴルフ

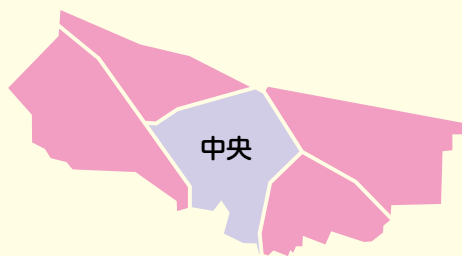
運営主体	活動場所	活動日時	地図
グラウンドゴルフ 西町クラブ	あけぼの公園 (南町1-15)	毎週 火・金曜日 9:00~10:30	①
南町2丁目町会有志 グラウンドゴルフクラブ	三和公園 (南町2-23)	毎週 火・木・金曜日 9:00~10:30	②
つくも会 グラウンドゴルフクラブ	みずほ公園 (南町4-19-11)	毎週 火・木曜日 8:00~10:30	③

※希望される場合は、蕨市社会福祉協議会(TEL. 048-443-6051)へお問い合わせください。

● ラジオ体操

運営主体	活動場所	活動日時	地図
各団体	三和公園	毎日 6:30 ~ 6:40	①
	若葉公園	毎日 6:30 ~ 6:40	②

中央 Chuo



● 事前に連絡の必要はありません

名 称	活 動 内 容	料 金	活 動 場 所	活 動 日 時	地 図
仲よしサロン 蕨社協 中央支部	おしゃべり・ お茶飲み・民謡	無 料	中央3丁目旭町 町会集会所 (旧旭町公民館)	毎月 第4水曜日 13:30～15:00 (8月は除く)	1
介護者交流サロンあかり 第一地域包括支援センター	介護者の集い	無 料	中央3丁目旭町 町会集会所 (旧旭町公民館)	毎月 第3水曜日 13:30～15:30	1
誰でもサロン 第一地域包括支援センター	おしゃべり・健康 に関するおはなし	無 料	旭町公民館 1階集会室	毎月 第2火曜日 13:30～15:00 (8月は除く)	2
ホッとおしゃべりサロン	介護者の集い	1回 100円	中央公民館	第1木曜日 または土曜日 13:30～15:30	3
白ゆり会	リズム体操	月 1,000円	下蕨公民館3階	第2・3・4木曜日 13:30～15:30	5

● 参加ご希望の方は、蕨市社会福祉協議会までご相談ください(TEL 048-443-6051 FAX 048-444-7050)

名 称	活 動 内 容	料 金	活 動 場 所	活 動 日 時	地 図
悠々クラブ 中央3丁目旭町町会	合唱・おしゃべり (町会のみ)	無 料	中央3丁目旭町 町会集会所 (旧旭町公民館)	毎月 第2・3・4木曜日 13:00～15:00	1
ジョアンナ 食堂部	食事の提供	1食 200円	第2ベルハイツ 集会室	月1回(不定期) 17:00～19:00	4
ジョアンナ 手作業部	裁縫などの手作業	1回 200円	第2ベルハイツ 集会室	月2回 木曜日 13:00～15:00	4
ジョアンナ パソコン部	パソコン教室	1回 200円	第2ベルハイツ 集会室	月2回 木曜日 13:00～15:00	4
健康体操クラブ	健康体操	無 料	下蕨公民館	毎週 木曜日 10:00～	5
囲碁クラブ遊棋会	囲碁	年 3,000円	下蕨公民館	月4回 月曜日 13:00～16:00	5
蕨太極拳クラブ	体操	月 2,300円	下蕨公民館	月3回 月曜日 10:00～12:00	5
にんち症家族サロン 第二地域包括支援センター	介護予防 交流の場	無 料	南公民館 下蕨公民館	第3月曜日 14:00～15:00	5

※記載されている料金他に、別途年会費やクラブ・町会等への加入が必要となる場合があります。
また、開催日が変更される場合や中止または延期になっている場合がありますのでご了承ください。

● グラウンドゴルフ

運営主体	活 動 場 所	活 動 日 時	地 図
フライデー 松寿クラブ	中の宮公園(中央4-9)	毎週 月曜日 9:00～11:00	1
	ふるさと土橋公園(中央6-5)	毎週 金曜日 9:00～11:00	2
七福会 グラウンドゴルフクラブ	ちびっこ広場 (中央7-50)	毎週 月・火・木・金曜日 9:00～12:00	3

※希望される場合は、蕨市社会福祉協議会(TEL. 048-443-6051)へお問い合わせください。



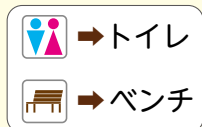
▲ 誰でもサロン

● ラジオ体操

運営主体	活動場所	活動日時	地図
各団体	城址公園	毎日 6:30 ~ 6:40	①
	ふるさと土橋公園	毎日 6:30 ~ 6:40	②
	どんぐり公園	毎日 6:30 ~ 6:40	③

錦町

Nishikicho



▲ 春日神社



● 事前に連絡の必要はありません

名 称	活 動 内 容	料 金	活 動 場 所	活 動 日 時	地 図
りんごサロン 蕨社協 錦町支部	おしゃべり・ お茶飲み	無 料	松原会館 集会室1	毎月 第2・4水曜日 13:30~15:00	2
体操レクリエーション きらり	体操・ リクリエーション	無 料	総合社会福祉センター 3階 多目的ホール	毎月 最終木曜日 9:30~12:00	1
サンサンサロン 長月会	おしゃべり	無 料	イリーゼ戸田	毎月 第3木曜日 13:30~15:00	3
オレンジカフェ クローバー みんなの家 蕨2	おしゃべり・ お茶飲み	無 料	みんなの家 蕨2	毎月 第1火曜日 13:30~15:00	4
さくらサロン	おしゃべり・ お茶飲み	無 料	さくら薬局	毎月 第1・3木曜日 13:30~15:00	6
健康麻雀	麻雀	月 100円 1回 1,000円	松原会館	毎週 水曜日 12:30~	7

● 参加ご希望の方は、蕨市社会福祉協議会までご相談ください(TEL 048-443-6051 FAX 048-444-7050)

名 称	活動内容	料 金	活動場所	活動日時	地図
いきいき赤田	おしゃべり・ お茶飲み	無 料	赤田住宅 集会所	毎月 最終木曜日 15:00~15:30	5
高齢者クラブ 和楽実会	おしゃべり・ カラオケ	年会費 500円	郷町会会館	年4回(不定期) 金曜日	8

※記載されている料金の他に、別途年会費やクラブ・町会等への加入が必要となる場合があります。
また、開催日が変更される場合や中止または延期になっている場合がありますのでご了承ください。

社会資源情報

訪問介護(自費利用の訪問介護サービスです。要介護認定の有無に関わらず利用することができます。)

※各サービスなどの内容は変更される場合がありますので、事業者などに直接お問合せの上ご利用ください。

名称・住所・電話番号	サービス提供内容・料金	備考
あけぼし ヘルパーステーション 蕨市錦町3-6-27 048-287-8080	自費サービス ●身体介護同等サービス (おむつ交換・食事介助・排泄介助等) 30分 2,200円(税別)～ ●生活援助同等サービス (お掃除+お買い物・見守り+お散歩など) 60分 2,500円(税別)～	●蕨市、戸田市、川口市在住の方 ●土日祝割増
株式会社 蕨看護婦家政婦紹介所 蕨市南町2-25-2 048-441-3269	●家事サービス(清掃・調理・洗濯・買い物・見守り・話し相手等) ●介護サービス(食事準備と食事介助・入浴介助・清拭・排泄介助・着替え・通院介助・外出の付き添い等) 60分 2,015円+交通費	
ケアサポート道 蕨市南町4-38-18 048-434-7377	●生活サポート：15分 700円 30分 1,400円 ●身体サポート：15分 1,000円 30分 2,000円	●原則としてケアサポート道で介護サービスまたは、障害(居宅サービス)をご利用の方に対応 ●早朝夜間割増
蕨介護サービス有限会社 蕨市南町4-41-6 048-433-9163	生活サポート：30分 1,700円	
アースサポート 戸田 戸田市大字新曽2199-1 048-447-2000	60分 3,300円 ●おてがる：30分 1,430円(税込) 日常のちょっとした困りごとなど ●あしがる：20分 2,200円(税込) お出かけなど	朝・夜間及び土日祝、年末年始、割増
スマイルほっとケア サービス 戸田市上戸田2-38-10 スクエアコート1-A 048-433-5551	スマイルサポート ●身体介護：30分 2,000円 ●生活援助：30分 1,150円 ●院内介助：30分 1,150円	早朝夜間割増
ヘルパーステーション まはろ 戸田市上戸田1-9-9 048-430-0090	●身体介護等：30分 2,000円 ●生活援助：30分 1,600円 ●以降+30分毎 1,000円	大掃除、荷物運び等については身体介助等に算定することもあり
やさしい手 川口芝新町店 川口市芝新町7-6-3 050-1752-0253	おまかせさん(初回登録料1,000円) ●おまかせ家事コース：60分 3,000円 ●おまかせケアコース：60分 3,500円 ※介護保険利用者：税込、単独：税別	●早朝、夜間、日曜、祝日、特定期間、深夜は割増あり ●やさしい手介護保険サービス利用時の院内介助、身体介助(通院の準備等+通院同行)：60分 3,000円

名称・住所・電話番号	サービス提供内容・料金	備考
サカモトケアサービス 川口市芝下3-1-44 048-264-3610	在宅サポートサービス ●30分 950円 ●45分 1,425円 ●60分 1,900円 ●以降+30分毎 950円 (事務手数料・交通費は別途負担頂きます)	●サービス提供時間 午前7時～午後7時 ●在宅サポートサービス(保険外)8回以上利用、またはサカモトケア介護保険訪問介護と併用の場合は特別割引(10%割引)になります。
大起エンゼルヘルプ 川口ケアセンター 川口市芝園町3-12-101 048-269-8090	ねこの手ブラウニー 60分 2,530円 (指名の場合+220円)	●サービス提供時間 午前8時～午後6時
コープみらい くらしのたすけあいの会 ミニハート さいたま市南本町2-10-10 コーププラザ4階 048-711-7688	コープみらいの組合員どうし、困った時には助け合おうの精神から生まれた家事援助(掃除・買物など)のボランティアの会:60分計1,020円(税込)[謝金800円+220円(運営協力費200円+税20円)]交通費別	●早サービス提供時間 月～金 10時～16時 ●1時間から調整します (曜日・時間はお相談下さい) ●コープみらいへの組合加入が必要 出資金500円(脱退時に返還)
蕨市シルバー人材センター 蕨市中央1-30-2 048-433-0962	家事サービス(清掃・電球交換等)除草・植木剪定・家具の移動・墓地清掃・墓参り代行 個人宅・マンション・アパート等の軽易な清掃 ※金額は見積もりによる(見積もり無料)	仕事の内容によっては対応に時間がかかったり出来ない作業は予めお断りする場合もある。
蕨市社会福祉協議会 有償ボランティアサービス事業 蕨市錦町3-3-27 048-432-6700	買い物代行、ゴミ出し、掃除などちょっとした困りごとに対応:30分 400円	●事前に会員登録が必要 ●希望の日時にボランティアが見つからない場合、お断りする可能性あり
NPO法人 志民アシストネットワーク 安心おとどけ隊 川口市西青木4-3-30 048-250-5587	日常生活でご自分でできないことを有償ボランティアがお手伝い 60分 1,500円 延長30分 750円 ※その他特別なものは別途料金	●登録不要 ●8時以前と18時以降は20%割増 ●深夜22時～6時までと年末年始は50%割増
パルシステム埼玉 いきいきネットワーク さいたま市浦和区東仲町10-7 0120-070-920	30分 400円+交通費	パルシステム埼玉の組合加入が必要 出資金1口1,000円、脱退時に出資金を返還
虹の駅 蕨市南町2-2-7 メゾンカトリア 080-4435-0999 受付 平日8:00～18:00	お買い物代行・ゴミ出し・電球交換・重量物の運搬・エアコン清掃 その他日常生活のお困りごと 基本料金 15分 500円(移動時間含む)	お墓参り代行パッケージ 埼玉県南部に限り 5,000円+お花代 同行の場合は+αで料金を頂戴致します。



配食サービス（お食事をご自宅にお届けするサービスです。）

※各サービスなどの内容は変更される場合がありますので、事業者などに直接お問合せの上ご利用ください。

名称・住所・電話番号	サービス提供内容	料 金	備 考
宅配弁当「らくらく」 蕨市中央7-21-8 048-431-8815	●月～金(土日祝 定休) ●昼食	●日替わり1食 600円 ●大 盛 り +50円 ●おかずのみ 450円	前日昼までの注文
三味食品 蕨市北町5-12-24 048-442-2817	●月～土(日祝 定休) ●昼食・夕食	●日替わり1食 540円 ●おかずのみ 500円	●2日前までの注文 ●配達時安否確認あり (基本は手渡し) ●きざみ食や療養食は 対応外
ライフデリ 川口市上青木西2-10-16-1F 048-299-5669	●1/1～1/3定休 ●昼食・夕食 ●カロリー調整食・透析食・ 腎臓病食あり (種類ごとに値段は異なる) ●アレルギー対応 ●おかゆ食あり、+48円で きざみ食可	●日替わり1食 595円(税込) ●おかずのみ 545円(税込)	●前日18時までの注文 ●安否確認希望の場合 対応可 ●無料試食あり
デイリーコープ さいたま市南区文蔵5-25-17 0120-502-160	●月～金(土日 定休) ●夕食、週3回～お届け ●エネルギー塩分調整食 ●ミールキットあり	舞菜おかず1食 604円(税別)	●火曜日までの注文で 翌週のお届け ●コープみらいへの組 合加入が必要 出資金500円、脱退 時に出資金を返還 ●お届け確認メールサ ービスあり
宅配クック123 朝霞市三原1-6-35 048-451-0628	●1/1～1/3 定休 年中無休 ●カロリー調整食・たんぱ く塩分調整食 ●やわらか食あり (種類ごとに値段は異なる) ●アレルギー対応 ●きざみ・おかゆ食・透析食・ ムースセット食・消化に やさしい食 ●腎臓病食・フレイル予防食	●日替わり1食 550円(税別) ●おかずのみ 500円(税別)	●前日17時までの注文・ 無料試食あり ●土日祝も営業・昼食と 夕食は別々配達・刻み、 おかゆ変更無料・配達 時安否確認あり
ニコニコキッチン 鳩ヶ谷 川口市末広3-3-11 048-452-4734	毎日昼食、夕食、たんぱく 調整食、やわらか食など(介 護食)など	●ヘルシーメニュー ごはん付き 892円(税込) ●元気メニュー ごはん付き 961円(税込) ●介護食(たんぱく・やわら かなど) ごはん付き	●土日祝も営業 ●前日14時までの注文。 ※当日も対応できる場合が あり ※ただし、たんぱく調整 食、介護食は2週間前

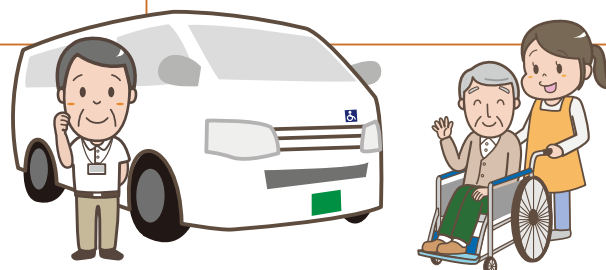
名称・住所・電話番号	サービス提供内容	料 金	備 考
「ワタミ」の宅食 埼玉川口前川営業所 川口市前川4-24-7 080-7091-8690 0120-191-950	<ul style="list-style-type: none"> ●月～日まで毎日お届け（祝日もお届け可能です） ●週1日1食からお届け ●定休日 12/31～1/3 ●昼食、夕食 	<ul style="list-style-type: none"> ●まごころ御膳 ＜標準サイズ＞ 日替わり7日間コース 4,970円(税込) 日替わり5日間コース※ 3,550円(税込) 曜日を選べるコース 750円/1食(税込) ●まごころ小箱 ＜お手頃サイズ＞ 日替わり5日間コース※ 3,100円(税込) 曜日を選べるコース 660円/1食(税込) ●まごころ小箱(小) ＜お手頃サイズ＞ 日替わり5日間コース※ 2,350円(税込) 曜日を選べるコース 470円/1食(税込) <p>※5日間コースは土日祝日はお休みです。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●水曜日までのご注文で翌週の月曜日からお届け致します。 ●日替わり7日間コースは土日祝日もお届けします。 ●おかずのみの商品も御座います。

介護タクシー（通院などのために介助しながら目的地へ送り迎えするサービスです。）

※各サービスなどの内容は変更される場合がありますので、事業者などに直接お問合せの上ご利用ください。

名称・住所・電話番号	サービス提供内容・料 金	備 考
ケアタクシーわらび 蕨市南町2-7-3-101 090-7274-2585	蕨市、川口市、さいたま市、戸田市、草加市、越谷市を中心に埼玉県全域(発着地が埼玉県であれば全国可) 運 賃 <ul style="list-style-type: none"> ●迎 車 料：(1回につき) 780円 ●初 乗 運 賃：(2kmまで) 780円 ●距離の加算：(277m毎) 90円 ●時間の加算：(1分40秒毎) 90円 ●深夜・早朝運賃：(22時から5時まで)2割増 ●貸切運賃：(買物、観光など30分毎) 3,210円 ●障害者割引：1割引 介 助 料 <ul style="list-style-type: none"> ●乗降介助料金：(玄関から玄関まで)1,000円 ●室内移乗付き介助：1,000円 ●ストレッチャー：2,000円 ●階段介助：(フロアー毎) 1,000円 	車椅子等各種機器仕様、ヘルパー増員等対応可能 (別途料金) 7時～22時(時間外応相談) 休日対応可能(要予約)

名称・住所・電話番号	サービス提供内容・料金	備考
株式会社ケアコスモス 蕨市塚越3-25-7 048-434-6705	基本料金 30分まで 2,980円	
あんしん介護 ステーション 蕨営業所 蕨市北町4-9-13-2F 048-434-1155	介護タクシー移送費 30分 2,820円	別途料金※必要に応じて ●リクライニング式車イス・ストレッチャー ●ヘルパー2人対応での移乗や介助、階段昇降等、特別な介助を要する場合の介助料。
蕨介護サービス有限会社 蕨市南町4-41-6 0120-31-2941 048-433-9164	●福祉タクシーでの移送料金 ●小型車：時間制2,700円/30分 (30分以上15分毎に1,350円加算) ●ヘルパー・看護師の付き添い ●ヘルパー：1名追加につき 1,700円/30分 ●看護師：1名追加につき 2,700円/30分	●身障手帳等で割引あり ●車椅子など用具貸出無料
介護タクシーの セイリョウ 戸田市笹目5-13-5 048-422-3464	運賃 ●初乗運賃(30分まで)：3,300円(税込) ●加算運賃(30分毎)：3,300円(税込) ●待機料金(30分毎)：1,650円(税込) ●院内付添(30分毎)：2,200円(税込) その他 ●ストレッチャーレンタル：6,600円(税込)	●配車時間が18時～22時の場合 25%割増 ●配車時間が22時～6時の場合 30%割増 ●予約制となっております。 配車状況によってお断りする場合がございます。
ハッピーケア川口 川口市芝4-22-6 048-266-0962 090-5418-8780	料金 ●初乗運賃：760円(2kmまで) ●迎車料金：760円(1回につき) ●乗降介助料：1乗車1,000円 (玄関から玄関まで) ●メーター制：一般タクシー同様 時間距離併用 ●時間制運賃：30分まで3,130円 30分ごとに加算3,130円 その他 ●室内移動付き乗降介助：1,000円 ●同行介助：院内介助・通院・買物 30分ごとに1,500円 ●その他の外出：60分3,000円～ ●特殊介助：階段介助(フロア毎) 1,000円	車椅子、ストレッチャー、リクライニングあり



スーパーマーケット（ご自宅への宅配サービス等があるスーパーです。）

※各サービスなどの内容は変更される場合がありますので、事業者などに直接お問合せの上ご利用ください。

名称・住所・電話番号	サービス提供内容	料 金	備 考
マルエツ 蕨北町店 蕨市北町5-4-32 048-443-1511	<ul style="list-style-type: none"> ●らくらくクマさん宅配便 購入した商品をその日のうちにお届け ●9時～18時の依頼。 受付から3時間以内でお届け 	<ul style="list-style-type: none"> ●3,000円(税抜)以上の購入 ●220円で5コンテナ迄、 配送可能 	<ul style="list-style-type: none"> ●錦町、北町対象 ●冷凍食品、一部生鮮食品など対象外商品あり
マルエツ 蕨店 蕨市中央3-20-13 048-432-3528	<ul style="list-style-type: none"> ●らくらくクマさん宅配便サービス提供内容 ●受付時間 10時～17時 ●宅配便にて受付より3時間以内にお届けします。 	<ul style="list-style-type: none"> ●通常配送料金 まとめて3,000円(税抜)以上 お買い上げで220円(税込) /1件 ●便利でお得なパスポート 例：2か月パスポート 66円/1回 (1,000円で15回利用可能) パスポート+(プラス) 50円/1回 (対象になる方のみ) 	<ul style="list-style-type: none"> ●錦町、北町、中央、南町、塚越対象 ●折りたたみコンテナ 5個分利用可能
マックスバリュ 蕨店 蕨市塚越5-6-35 048-447-8410	<ul style="list-style-type: none"> ●当日宅配サービス(コメントさん) 購入した商品を受付完了後、約3時間以内にお届け (※一部地域を除く) 	110円(税別) 受付時間 午前10時00分～ 午後5時30分まで	<ul style="list-style-type: none"> ●塚越、南町、中央(1～3丁目のみ)対象 ●川口市・戸田市でも一部配達可能 ●冷凍食品、花、無料の水等運べない商品あり
ライフ 蕨駅前店 蕨市塚越1-7-9F 048-446-1570	<ul style="list-style-type: none"> ●当日宅配サービス 購入した商品をその日のうちにお届け ●15時までの依頼で18時～20時にお届け 	専用コンテナ5個まで 330円	<ul style="list-style-type: none"> ●北町1・2・4丁目、塚越、南町、中央、錦町1丁目対象 ●冷凍食品、一部生鮮食品など対象外商品あり

移動スーパー（移動販売専用車にて特定の場所で販売するサービスです。）

※各サービスなどの内容は変更される場合がありますので、事業者などに直接お問合せの上ご利用ください。

名称・住所・電話番号	サービス提供内容	料 金	備 考
移動スーパー 「とくし丸」	買物にお困りの方を対象に販売を行う移動スーパーサービスです。 1品購入につき、20円の販売手数料が代金に含まれます。	<ul style="list-style-type: none"> ●販売地域 ・蕨市総合社会福祉センター (蕨市錦町3-3-27) ・錦町2丁目赤田住宅 (蕨市錦町2-219-19) 	<ul style="list-style-type: none"> ●錦町、北町対象 ●冷凍食品、一部生鮮食品など対象外商品あり



いきいき百歳体操



	運営主体	活動場所	活動日時	連絡先
北 町	北町コミュニティ委員会	北町コミュニティセンター	毎週水曜日 9:30~10:30	第一地域包括支援センター
	北5うきうき会	北町5丁目町会会館	毎週金曜日 13:00~15:00	
	ハイデンスなごみの会	蕨ハイデンス集会室	毎週金曜日 13:30~15:00	
錦 町	錦町コミュニティ委員会	西公民館	毎週金曜日 10:00~11:30	
	いきいき赤田	赤田住宅集会室	毎週木曜日 13:30~15:00	
中 央	ベルハイツ第1 蕨 有志の会	ベルハイツ第1 蕨 集会室	毎週火曜日 10:00~11:30	
	ベルハイツ第2 蕨 理事会・自治会	ベルハイツ第2 蕨 集会室	毎週水曜日 10:00~11:30	
	ルネ蕨	ルネ蕨管理棟1階	毎週木曜日 10:00~11:30	
	GO! GO! あさひ	スポーツクラブNAS蕨	毎週木曜日 10:00~12:00	
	いきいき体操ひかり	ひかり幼稚舎	毎週木曜日 10:00~11:30	
	土橋クラブ	土橋会館	毎週月曜日 10:00~11:30	第二地域包括支援センター
南 町	いきいきみなみ	南公民館	毎週水曜日 13:30~15:00	
	いきいきわかば	若葉町会会館	毎週火曜日 13:30~15:00	
	いきいきスマイル	下蕨南町会会館	毎週木曜日 9:30~11:30	
塚 越	いきいきグリーン	東公民館	第2・4水曜日 13:30~14:45	第三地域包括支援センター
	塚越5丁目町会有志の会	塚越5丁目町会会館	毎週木曜日 10:00~11:30	
	けやき荘有志の会	老人福祉センター けやき荘	毎週金曜日 10:00~11:30	
	塚越セブン	塚越7丁目町会会館	第2・4火曜日 13:30~14:00	
	いきいきつかごし	塚越2丁目町会会館	第1・2・3月曜日 14:00~15:30	

※活動を休止している可能性があります。

連絡先

蕨市社会福祉協議会	TEL 048-443-6051	FAX 048-444-7050
蕨市第一地域包括支援センター	TEL 048-434-6721	FAX 048-434-6721
蕨市第二地域包括支援センター	TEL 048-290-8587	FAX 048-290-8587
蕨市第三地域包括支援センター	TEL 048-498-6122	FAX 048-498-6122

(注)このパンフレットの情報は令和7年3月31日現在ものです。今後、変更になる場合があります。