

—佐伯区ですっと暮らしていくために—

佐伯区お役立ち情報誌



令和6年8月発行

佐伯区社会福祉協議会 区域協議体分科会
佐伯区まちづくり百人委員会 幸齢者部会

はじめに

作成にあたっての思い

私たち、「佐伯区まちづくり百人委員会幸齢部会」は、佐伯区にお住まいの高齢者の方がより安心して生活できるようにとの思いから、平成26年度に発刊した「高齢者にやさしいお役立ち情報誌」、平成29年度に更新した「高齢者にやさしいお役立ち情報誌改訂版」を発行させていただいておりましたが、約10年を経過し掲載内容に多くの変更がありましたので、この度「佐伯区区域協議体分科会」の皆さんのご協力を得て、高齢者のみでなく誰もが佐伯区ですっと安心暮らしていくために「佐伯区お役立ち情報誌」として掲載している情報等の見直しを行い再発行することになりました。発行にあたり、情報提供等ご尽力いただきました関係者の皆さまに心より感謝いたします。

この「佐伯区お役立ち情報誌」は、情報を必要とされる方と支援していただく方をつなぎ、そこから生まれる「ささえあいの気持ち」が今まで以上に今後も育ち・ふくらみ、やがて大きな花となって、佐伯区に咲き続けることを願っています。

今回の情報誌はより使いやすいものにするため、QRコードを掲載する等の工夫もしておりますので、ご活用いただければ幸いです。

今後も、この貴重な情報が皆様のお役に立てるよう努力してまいりますので、みなさまのご理解・ご協力をいただきますようお願いいたします。

佐伯区社会福祉協議会 区域協議体分科会
佐伯区まちづくり百人委員会 幸齢者部会

ご利用にあたってのお願い

「佐伯区お役立ち情報誌」には、平成２９年３月に佐伯区まちづくり百人委員会が改訂版を発行した時の情報をもとに佐伯区社会福祉協議会が再調査した情報を掲載しています。したがって、区内全ての情報を網羅しているわけではありません。

また、掲載している情報は、令和６年８月時点の情報であり、変更されている場合がございます。ご利用の際には、最新の情報はQRコードや直接各店舗にお尋ねするなどしてご確認くださいようお願い申し上げます。

区民の皆様に「お役立ち情報誌」の趣旨をご理解いただき、新たな情報が寄せられることを期待しております。今後、より使いやすく、全世代に役立つ情報誌になればと思っています。

佐伯区社会福祉協議会 区域協議体分科会
佐伯区まちづくり百人委員会 幸齢者部会

本誌の使い方



01

QRコードを活用

詳細情報や他の団体が作成している冊子はQRコードを読み取ってご覧いただけます。



QRコードの使い方

1. スマホのQRコードリーダーアプリもしくはカメラアプリを開きます。
2. QRコードにかざします。
3. QRコードを読み取ります。
4. QRコードに応じた情報が画面に表示されます。

02

ホームページでも見られます

本書の情報が掲載されています。外出時でも見ていただけます。

🔍 佐伯区お役立ち情報誌

※QRコードは株式会社デンソーウェーブの登録商標です。

もくじ

01 お弁当の配達	5	09 まごころ弁当	24
02 食品・日用品の配達、移動販売 . . .	7	10 高齢者の通いの場 . . .	25
03 クリーニング集配、自宅での理美容 .	10	11 高齢者に関すること . .	26
04 不用品やごみの処分	11	12 医療に関すること . . .	29
05 介護タクシー（介護保険外）	12	13 障がいに関すること . .	30
06 生活支援、家の修理等	13	14 子どもに関すること . .	31
07 地域の困りごと相談	16	15 その他相談窓口	32
08 見守り	21		

01 お弁当の配達

名称	QRコード	所在地	電話☎・FAX☎	サービス内容	対応エリア
(株)ヨシケイ広島		廿日市市宮内工業団地1-4	☎0829-38-1166 ☎0829-38-4448	夕食御膳 1人用3,000円（月～金1週間コースのみ・おかずのみorご飯付） 土日用や食べたい時に食べられる冷凍弁当も	佐伯区全域
ワタミの宅食		佐伯区隅の浜3-9-30	☎0120-321-510	日替わりのお食事をご自宅までお届け（土・日・祝は冷凍） 1日1食 590円～	佐伯区全域 （石内東・湯来町・杉並台を除く）
お好み焼き 仔ぐま		佐伯区楽々園5-24-10	☎082-922-0791 ☎082-922-0791	やわらか食（嚥下困難な方向け）お好み焼き、アレルギー対応お好み焼き、低糖質お好み焼きの提供	佐伯区一部 （楽々園・海老園）
(有)春月		佐伯区五日市中央5-10-21	☎082-961-6635 ☎082-961-6635	宮島SA、アバンセ、農菜館等へお弁当、お惣菜の卸売り 自社店舗（五日市・楽々園・己斐）での弁当・惣菜販売	佐伯区全域
広島駅弁当(株)		東区矢賀5-1-2	☎082-286-0181	お肉中心、お魚中心の2種類の献立から選べ、お誕生日特別メニューや、ミネラル・食物繊維たっぷりの雑穀を使った献立など、食事をする楽しみも一緒に届けてくれる。	佐伯区全域

01 お弁当の配達

名称	QRコード	所在地	電話☎	サービス内容	対応エリア
(株)エイト		西区商工センター2-9-22	☎0120-416-054	こだわりの米・こだわりの味噌・バラエティー豊富なメニューが提供され試食が可能。平日のみ3回から受付可能。土日祝配達。	佐伯区全域
(株)千鳥		西区商工センター7-3-48	☎082-277-8611	高齢の方が食べやすいよう配慮され、嗜好・栄養バランスに配慮した季節を感じられる和食中心のお食事が直接手渡して配達。	佐伯区全域
宅配クック123		安佐南区山本2-13-18-101	☎082-836-5657	おかずのみ577円おかず・ごはん648円 日替わりのお弁当を1日2回昼・夕お届け可能。月に1回や週に1回も可能。	佐伯区全域
まごころ弁当 広島佐伯店		佐伯区八幡3-22-35	☎082-208-0631	お弁当は「普通食」「小町」「糖質カロリー調整食」「たんぱく調整食」「ムース食」の5種類を用意。	佐伯区全域

02 食品・日用品の配達、移動販売

● 食品・日用品の配達

名称	QRコード	所在地	電話☎・FAX☎	サービス内容	対応エリア
ヨウシナ 用品名酒センター (株)金持本舗	—	佐伯区五日市4-18-18	☎082-921-0027 ☎082-921-0026	①お米・お酒販売(2,000円以上で配達料サービス) ②灯油販売(2缶〜配達料サービス)	佐伯区一部(五日市・五日市中央・南地区・観音地区などその周辺)
(株)ネクスト城南 広島灯油センター		南区東雲本町2-9-5	☎082-258-1190 ☎082-508-2501	♪北風小僧のかんたろう♪を鳴らしながら灯油の巡回販売	曜日によって巡回場所が変わる
生協ひろしま		廿日市市大野原1-2-10	☎0120-500-935	毎週お届けの商品カタログで生活に必要な食品、各種サービスが利用できる。 (65歳以上や、障害者手帳・介護認定をお持ちの方は個人配達手数料が半額) ※支払いは現金不可	佐伯区全域
(株)フレスタ エブリデイフレスタ		安佐南区伴南2-3-1 1階	☎050-1808-4981	毎週お届けの「商品カタログ」の掲載の野菜・総菜等を電話注文で翌日配達。 ※支払いは振込・クレジットのみ ※要会員登録(月額税込み220円)	佐伯区一部 (旧佐伯区と杉並台一部地域を除く)

02 食品・日用品の配達、移動販売

● 移動販売

名称	QRコード	所在地	電話☎・FAX☎	サービス内容	対応エリア
移動スーパー 「おまかせくん」		佐伯区楽々園4-14-1	☎082-925-0055 ☎082-922-0071	生鮮、一般食料品の販売（一部日用品）	佐伯区一部 （湯来町・杉並台）
移動スーパー とくし丸		廿日市市宮内4-12-17 Aコープファーマーズ宮内店	☎0829-30-9922 ☎0829-30-9998	Aコープファーマーズ宮内店の商品の移動販売	佐伯区一部 （倉重・千同・坪井・三宅・屋代(佐方)・上河内・下河内・湯来町）

02 食品・日用品の配達、移動販売

●セブンイレブン（7NOW：セブンナウ）〔佐伯区内サービス実施店舗〕

対象店舗	住所	電話☎
広島石内	佐伯区五日市町大字石内492-1	☎082-941-1122
広島石内バイパス	佐伯区五日市4167-4	☎082-941-2941
広島八幡2丁目	佐伯区八幡2-23-10	☎082-927-5902
広島八幡東3丁目	佐伯区八幡東3-29-46-3	☎082-929-1328
広島八幡東4丁目	佐伯区八幡東4-28-50	☎082-927-1633
広島五日市利松北	佐伯区五日市大字石内勝負迫6884-7	☎082-927-2842

対象店舗	住所	電話☎
広島皆賀3丁目	佐伯区皆賀3-9-1	☎082-923-6711
広島五日市駅前	佐伯区五日市駅前1-5-22	☎082-922-2406
広島五日市新宮苑	佐伯区新宮苑12-1	☎082-923-7110
五日市美の里2丁目	佐伯区美の里2-2-42	☎082-921-8911
広島コイン通り	佐伯区五日市中央5-1537-7	☎082-921-6678

おにぎり、揚げ物から冷凍食品、スイーツなどいつもセブンイレブンで購入している商品を最短20分でお届け！（おおよそ実施店舗から2kmの範囲）
 お買い物ごとにnanacoポイントが貯まり、貯まったポイントは7NOWでもご利用いただけます。
 税抜き1,000円からお届け可能です。（※別途配送料が必要です）
 天候が悪くて買い物に出かけたくない時、お米や水など重たいモノを買いたい時に便利

会員登録は
こちらから



03 クリーニング集配、自宅での理美容

● クリーニング集配

名称	QRコード	所在地	電話☎・FAX☎	サービス内容	対応エリア
(有)大野屋クリーニングセンター		佐伯区五日市町小深川328-1	☎082-927-2243 ☎082-929-3666	集配してくれるクリーニング	佐伯区一部 (湯来町の一部お伺い出来ない場所があります)
(有)健康クリーニング		佐伯区八幡東4-34-7	☎082-927-0610 ☎082-927-0610	クリーニング及びその集配、洗濯代行及び集配、布団・着物・毛皮のクリーニング 《集配料は無料》	佐伯区全域(湯来町を除く) 安佐南区、西区、廿日市市

● 自宅での理美容

名称	QRコード	所在地	電話☎・FAX☎	サービス内容	対応エリア
出張理・美容サービス ひまわり		西区己斐上3-36-8	☎082-555-1320 ☎082-555-1321	理容師・美容師がご自宅や病院へお伺いする出張理容・美容サービス	佐伯区全域
訪問・出張美容 はとりんぐ		廿日市市宮内3-4-6	☎082-942-5177 ☎082-942-5311	カット3,300円・パーマ4,400円・染め4,400円・シャンプー1,100円 ジェルネイル・エステ・着付け等 要相談	広島県全域

04 不用品やごみの処分

名称	QRコード	所在地	電話☎・FAX☎	サービス内容	対応エリア
(株)クリンプロ		本社：山県郡安芸太田町大字土居310 広島営業所：佐伯区湯来町伏谷137-7	☎0826-28-1880 ☎0826-28-1883	不用品片付け、重たい家具の移動、解体工事、水回りのトラブル解消	佐伯区全域
(株)東洋クリーナー		西区中広町3-25-8	☎082-232-6649 ☎082-233-2552	一般廃棄物収集、運搬（家庭ごみOK）、家電類、大型ごみご相談ください	佐伯区一部 （旧湯来町を除く）
佐伯清掃(有)	—	佐伯区屋代1-1-3	☎082-923-3177 ☎082-923-0131	一般廃棄物収集・運搬（家庭ごみ含む）、家財、大型家電、リサイクルもOK	佐伯区全域
(株)ISC		佐伯区五日市中央4-7-24	☎082-921-0110 ☎082-921-6100	一般廃棄物収集・運搬（粗大ごみ・遺品整理・引っ越しゴミ・電化製品の適正処分）	佐伯区一部 （湯来町・杉並台を除く）

05 介護タクシー（介護保険外）

名称	QRコード	所在地	電話☎・FAX☎	サービス内容	対応エリア
介護タクシー まるはま		佐伯区五日市中央5-23-30	☎070-5301-0855 ☎082-924-1615	時間制運賃・距離運賃（車いす・リクライニング車いす・ストレッチャー等有り） ※要予約	佐伯区全域
福祉タクシー あい		佐伯区五月が丘3-17-8	☎082-941-0433	車いす2名、付添2名の4名まで乗車可能。 リクライニング車いすで寝台車可能	佐伯区全域
福祉タクシー picnic ピクニック	—	佐伯区観音台4-28-10	☎070-8904-0753	子どもからお年寄りまで介助が必要な方 女性ドライバー在籍 車いす1名＋付添2名計3名迄乗車可能 障害者手帳、療育手帳お持ちの方は1割引	佐伯区全域 （湯来地区は 要相談）
(株)ほのか	—	佐伯区八幡4-5-18	☎082-926-3664 ☎082-928-9220	介護保険外で使える介護タクシー 身体障害・知的障害者は1割引	佐伯区全域

06 生活支援、家の修理等

名称	QRコード	所在地	電話☎・FAX☎	サービス内容	対応エリア
(株)オージーロジテクノ		佐伯区五日市駅前3-10-4	☎082-925-1113 ☎082-925-1114	引っ越し、不用品引き取りを中心に、遺品整理や家具の移動等ちょっとしたことでもなんでも対応	佐伯区全域
R-LIFE広島		佐伯区五月が丘1-11-41-202	☎0120-659-036	ハウスクリーニング、家具組立、不用品撤去、障子等張替え、パソコン設定、遺品整理、生前整理	佐伯区全域
(株)ミライハート ベンリー 廿日市・五日市南店		廿日市市上平良167-1 ルミエール伴丈木101	☎0829-37-3730 ☎0829-37-3731	水回り、電気工事、ハウスクリーニング、ご不用品処理のお手伝い、運搬、お庭仕事、お風呂修理など	佐伯区全域
便利屋 クリーンアップ		佐伯区五日市町石内作谷3344-1	☎0120-606-538	不用品片付け、庭仕事、引っ越し、家具家電移動、工事・修理・解体、遺品整理など幅広く対応	佐伯区全域
公益社団法人 広島市シルバー人材センター佐伯支部		佐伯区海老園2-5-28 佐伯区役所附属棟 1 階	☎082-922-0520 ☎082-922-0587	家事手伝い・高齢者の身の回りのお世話・植木の剪定・庭の草取り・宛書など・・・ 料金詳細はお問合せ下さい ※支払いは振込（一部のみ現金）	佐伯区全域
(株)上下水道センター		西区己斐本町2-16-10	☎082-507-7510	水漏れ、排水のつまり修理など	佐伯区全域

06 生活支援、家の修理等

名称	QRコード	所在地	電話☎・FAX☎	サービス内容	対応エリア
広島おうちのご用聞き		佐伯区五日市町美鈴園29-9	☎082-943-7257 ☎070-5306-7257	ご家族や知人に頼みづらい様々なお困りごと、小さな”困った”を解決し、高齢者の暮らしを支えています。(ご高齢者専門)	佐伯区全域
合同会社 KRS	—	佐伯区藤の木3-7-12	☎082-299-8588 ☎082-927-0864	大工工事、不用品処分	佐伯区全域
ニッシンホーム		佐伯区五日市町皆賀502-24	☎082-925-5300 ☎082-925-5310	住宅のリフォーム・便利屋	佐伯区全域
ナカオ住環	—	佐伯区屋代3-17-3	☎090-9467-9321 ☎082-921-6466	住宅リフォーム全般、介護保険の住宅改修工事、広島市高齢者等住宅改修工事（福祉住環境コーディネーター）	佐伯区全域
(有)オオヒロ		佐伯区美鈴が丘緑2-3-3	☎082-929-4307 ☎082-929-4308	外壁の塗装、屋根工事、雨どい工事、外構工事、水回りの改修、クロス張替え、網戸・障子・ふすま張替え	佐伯区全域
クマガイ (有)熊谷住器	—	佐伯区八幡東4-3-7	☎082-928-8214 ☎082-928-1144	手すり設置、段差解消工事、水回り設備の修理及びリフォーム工事	佐伯区全域

06 生活支援、家の修理等

名称	QRコード	所在地	電話☎・FAX☎	サービス内容	対応エリア
馬場建設(株) ホームサービス		南区東雲2-19-15	☎082-890-2111	新築・増改築（総合リフォーム・耐震・介護住宅など）	佐伯区全域
クワハラ (株)桑原組		西区己斐本町3-17-24	☎082-272-6006 ☎082-273-4444	空き家の相談、売却、修繕、リフォーム、不用品処分	佐伯区全域
猫本タタミ工業(株)		安佐南区古市2-17-2	☎082-877-0065 ☎082-877-0079	タタミ・建具（畳替え・ふすま障子網戸張替え）	佐伯区全域
(医)ピーアイエー ナカムラ病院		佐伯区坪井3-818-1	☎082-923-8333 ☎082-923-7179	認知症、入院、介護に関する相談、もの忘れ外来診療（要予約）	佐伯区全域
フランスベッド(株) メディカル広島営業所		安佐南区大塚西4-16-1-1F	☎082-849-2723 ☎082-849-2708	介護保険居宅介護住宅改修、広島市高齢者等住居改修、手すりの取付け、段差解消、床材変更、扉の取り換え、トイレ・浴室改装	佐伯区全域

07 地域の困りごと相談（地域の相談窓口・地区社協活動拠点）

地区名	施設名称	QRコード	所在地	電話☎（FAX）	開催日時	貸出用車いす
湯来地区	湯来福社会館		佐伯区湯来町大字和田333	☎0829-83-0877（同）	毎週月・木・金 9:00～17:00	有
石内北学区	石内北学区集会所		佐伯区石内北1-5-33	☎082-205-1486（同）	毎週月～金 12:00～15:00	無
石内地区	—		—	—	—	無
河内地区	河内公民館		佐伯区五日市町上河内537	☎090-4690-7344	毎週金 9:00～12:00	有
五月が丘学区	森下会館		佐伯区五月が丘5-3-5	—	毎週月・金 13:00～15:00	無
藤の木学区	藤の木団地 4丁目集会所		佐伯区藤の木4-10-37	☎090-7898-0238	毎週火・水・金 10:00～12:00	有

07 地域の困りごと相談（地域の相談窓口・地区社協活動拠点）

地区名	施設名称	QRコード	所在地	電話☎（FAX）	開催日時	貸出用車いす
彩が丘学区	第三集会所		佐伯区河内南2-41-20	—	毎週月・金 10:00～12:00	有
美鈴が丘学区	美鈴が丘南街区集会所		佐伯区美鈴が丘南4-3-1	☎082-942-2778（同）	毎週月～金 13:00～16:00	有
八幡東学区	—		—	—	—	無
八幡学区	八幡学区社協事務局		佐伯区八幡4-4-10	☎090-3173-7571	月 10:00～12:00 金 13:00～16:00	有
五日市観音西地区	老人いこいの家倉重荘 2階		佐伯区観音台2-31-1	☎082-924-6173（同）	水・木・金 13:00～16:00 土 9:00～12:00	有
佐伯区観音	老人いこいの家坪井荘		佐伯区坪井1-28-11	☎082-922-2090（同）	毎週月・水～土 13:00～16:00	有

07 地域の困りごと相談（地域の相談窓口・地区社協活動拠点）

地区名	施設名称	QRコード	所在地	電話☎（FAX）	開催日時	貸出用車いす
五日市中央地区	老人いこいの家中央荘		佐伯区五日市中央5-1-31	☎082-961-4835（同）	月・水 12:00～16:00 土 9:00～13:00	有
五日市学区	—		—	—	—	無
五日市東学区	—		—	—	—	無
五日市南学区	佐伯区医師会みなみビル		佐伯区海老園1-5-40	☎082-942-4611（同）	毎週火・木 10:00～16:00	有
楽々園学区	—		—	—	—	無

07 地域の困りごと相談（住民主体型生活支援訪問サービス）

地域団体等が、簡易な生活支援があれば、居宅で自立した生活を送ることが可能な
要支援者等(※)の自宅を訪問し、生活支援を行うサービス。



※要支援1・2または事業対象者(基本チェックリストにより、生活機能の低下がみられた人)

地区名	団体名	所在地	電話☎（FAX）	開設日時	支援内容
五月が丘学区	五月が丘ほほえみ	五月が丘公民館 （佐伯区五月が丘5-3-33）	☎090-3374-2489	木・土（月3回程度） 10:00～12:00	剪定・草抜き・衣服の修繕
藤の木学区	藤の木学区社会福祉協議会	藤の木団地4丁目集会所 （佐伯区藤の木4-10-37）	☎090-7898-0238	火・水・金 10:00～12:00	ゴミ出し・庭の草取り等
美鈴が丘地区	美鈴が丘レスキュー	個人宅 （佐伯区美鈴が丘東4-17-13）	☎080-4269-6296	月～金 9:00～17:00	植木の剪定・庭の草取り・ 電球交換等
佐伯区観音	佐伯区観音社会福祉協議会	老人いこいの家坪井荘 （佐伯区坪井1-28-11）	☎082-922-2090（同）	火以外 9:00～17:00	植木の剪定・庭の草取り等
五日市東学区	てつだい隊	個人宅 （佐伯区五日市町美鈴園29-9）	☎082-943-7257	月～金 8:30～9:30	掃除、枝切り、ゴミ捨て、 買物・薬の受取り代行等
楽々園学区	楽々園学区社会福祉協議会 （ぼちぼち応援隊）	個人宅 （佐伯区美の里2-1-18）	☎090-5694-2312	毎日 10:00～12:00	植木の剪定・庭の草取り等

07 地域の困りごと相談（協同労働）

～ 自分たちの地域は自分たちで創り、守る ～



「やりたいこと」の想いを共にする仲間が集まり、みんなが自らできる範囲でお金を出し合い（出資）、みんなが対等な立場でアイデアを出し合って（経営）、人と地域に役立つ仕事に取り組む（労働）働き方の仕組み

地区名	団体名	所在地	電話☎	支援内容
湯来地区	下五原助協皆	佐伯区湯来町下1504-2 （しもいつはらよっちゃん菜）	☎0829-78-2863	直売所・困りごと支援
彩が丘学区	サロン・ドワーク彩	佐伯区河内南	☎090-4149-8859	困りごと支援
彩が丘学区	ひだまり	佐伯区河内南1-37-8	☎082-215-5591	子どもの居場所・困りごと支援
八幡学区	城山おたすけたい・絆	佐伯区城山2-30-13 （折出会館内）	☎080-2952-0834	困りごと支援・町内会等連携活動

08 見守り

高齢者地域支え合い事業～高齢者を地域で見守り・支え合う仕組みづくり～

地域包括支援センターがコーディネーターとなり、小学校区を基本に、民生委員・児童委員や地区社協、町内会・自治会、老人クラブ等、様々な活動主体とネットワークを作り、連携強化や見守り活動情報の一元化・共有化を行います。

見守り活動を基本に高齢者の活動・交流の場づくり、生活支援サービスへのつなぎなどを行います。

見守ってほしい、見守り活動に協力したいなどのご相談は、各地域包括支援センターまでお問い合わせください。

🔍 高齢者地域支え合い事業



学区	ネットワーク組織の名称	学区	ネットワーク組織の名称
湯来	杉並台見守りネット	八幡	八幡学区見守りネット
石内北	石内北ささえあいネット	五日市観音西	観西あじさいネット
石内	石内支え合いネット	佐伯区観音	五観ひまわりネット
河内	河内のみまもり支えあい	五日市中央	中央ささえ愛ネット
五月が丘	見守り活動「ご近助さん」	五日市	ごえん会
藤の木	藤の木ふれあいネット	五日市東	五日市東・サポートネット
彩が丘	守老会「彩の助」	五日市南	五日市南みまもりネット
美鈴が丘	みすず高齢者サポート	楽々園	楽々あんしんネットワーク
八幡東	八幡東学区のみまもり支えあい		

08 見守り

●企業が行ってくれる見守り

名称	QRコード	所在地	電話☎	サービス内容	対応エリア
ヤマト運輸 「クロネコ見守りサービス ハローライト訪問プラン」		本社：東京都中央区銀座2-16-10	クロネコ見守り サービスお問合せ 窓口☎0120-86-2220	自宅のトイレなどの電球を、通信機能が付いたLED電球「ハローライト」に交換。24時間、電球に点灯・消灯の動きがない場合、事前に設定した通知先へメールでお知らせ。また、通知先からの依頼に応じてヤマト運輸のスタッフが設置先を代理で訪問し、状況確認を行う。初期費用・追加費用なし、月額1,078円（税込）。	佐伯区全域
HOME ALSOK みまもりサポート		広島県広島市安佐南区西原8-34-3 （広島総合警備保障株式会社）	☎0120-889-110	ご自宅に専用のコントローラーを設置することで、ボタン一つで健康相談ができたり、緊急時にガードマンが駆け付けてくれたりするサービス。熱中症や災害時の危険を音声で警告する機能や、オプションで毎日のみまもり情報をご家族へメールするサービスも。	佐伯区全域

08 見守り

●企業が行ってくれる見守り

名称	QRコード	所在地	電話☎	サービス内容	対応エリア
郵便局のみまもりサービス ①みまもり訪問サービス ②みまもりでんわサービス		本社：東京都千代田区 大手町2-9-1	☎0120-23-2886 携帯電話から ☎0570-046-666 (通話料有料)	①月に1回、郵便局員が対象者宅に会いに行 って会話をし、写真とともに家族に報告する サービス。月額2,500円(税込)。 ②毎日、対象者へ電話(自動音声)にて体調 確認を行い、回答内容をご家族にメールで報 告するサービス。月額1,070円(税込)～。オ プションで警備会社が駆け付ける「かけつ けサービス」(880円～)月額も利用可能。	佐伯区全域

09 まごころ弁当（ふれあい配食訪問事業）

～ お弁当のお渡しを通じた見守り活動 ～

昭和58年、旧五日市町で始まった事業です。ひとり暮らし高齢者など、気がかりなお宅へ手作りのお弁当を持って定期訪問する地域の見守り活動です。健康に配慮した献立を考えてくださる佐伯区在宅栄養士会の方々と、調理や訪問を行う地区社協のボランティア、民生委員等、地域の方々の思いによって支えられ、続いている事業です。

作ることのできる数が限られているので、やむを得ずお断りすることもあります。ご了承ください。



佐伯区社会福祉協議会
082-921-3113

地区社協名	実施日	調理場所
湯来	毎月2金曜日	湯来福祉会館
石内	毎月1・2・3・4金曜日	石内公民館
河内	毎月2・3・4金曜日	河内公民館
五月が丘	毎月2・4金曜日	五月が丘公民館
美鈴が丘	毎月2・4金曜日	美鈴が丘公民館
八幡東	毎月2・4金曜日	利松公民館
八幡	毎月2・4金曜日	八幡公民館
五日市観音西	毎月1・2・3・4金曜日	観音台公民館
佐伯区観音	毎月1・2・3・4金曜日	坪井公民館
五日市中央	毎月2金曜日	五日市中央公民館
五日市	毎月2・4金曜日	五日市公民館
五日市南	毎月2・4金曜日	吉見園公民館
楽々園	毎月2・4金曜日	楽々園公民館他

10 高齢者の通いの場

● サロン（ふれあい・いきいきサロン、地域高齢者交流サロン等）

地区社会福祉協議会を中心に、ボランティアが世話人となり身近な地域の誰でも気軽に参加できる通い（集い）の場です。住民同士が定期的に顔を合わせることでなじみの関係ができ、助け合える関係づくりにもつながります。



佐伯区社会福祉協議会
082-921-3113

● 地域介護予防拠点

🔍 地域介護予防拠点 広島市

住民運営の運動を中心とした介護予防の拠点となる通いの場です。週1回開催しています。



11 高齢者に関すること

地域包括支援センター



地域包括支援センターでは専門の職員（保健師・主任介護支援専門員・社会福祉士等）が介護予防の支援をはじめ、高齢者の介護や保健・医療・福祉などさまざまな相談に応じ、高齢者の皆さんの地域での生活を総合的に支援します。

※下図の◎印が地域包括支援センター所在地です。



11 高齢者に関すること

地域包括支援センター名	QRコード	所在地	電話☎・FAX☎	担当圏域（中学校区）
①湯来・砂谷地域包括支援センター		湯来町白砂82-4	☎0829-86-1241 ☎0829-86-1242	湯来 砂谷
②五月が丘・美鈴が丘地域包括支援センター		美鈴が丘西1-3-9	☎082-208-5017 ☎082-208-5018	五月が丘 美鈴が丘
③三和地域包括支援センター		五日市町石内6405-1	☎082-926-0025 ☎082-929-0200	三和
④城山・五日市観音地域包括支援センター		千同1-30-6	☎082-924-7755 ☎082-924-7761	城山 五日市観音
⑤五日市地域包括支援センター		五日市中央2-4-40	☎082-924-0053 ☎082-921-2865	五日市
⑥五日市南地域包括支援センター		楽々園4-2-19-101	☎082-924-8051 ☎082-924-8052	五日市南

11 高齢者に関すること

福祉のことがわかる本



広島市が高齢者やその介護者に対して、高齢者に関わる各福祉サービスの内容や介護保険制度の仕組み、健康づくりや食生活等、高齢者の日常生活に密接に関連する諸情報をまとめた冊子です。

65歳以上の方に配布しております。

配布は1回のみとなりますので 最新の情報については、担当課へお問い合わせください。

12 医療に関すること

● 佐伯区おたすけマップ 佐伯区地域保健対策協議会



医科、歯科、薬科、福祉、介護に関する情報を
まとめた冊子です。

(認知症カフェについても記載されています)

13 障がいに関すること

社会資源マップ



障害のある方のニーズにお応えするための佐伯区内にある障がい者支援事業所をまとめたマップです。



広島市障害者自立支援協議会 佐伯区地域部会

事務局：佐伯区障害者基幹相談支援センター

082-924-0028



14 子どもに関すること

子育て応援マップ

佐伯区内の保育施設、幼稚園、認定こども園、児童館、公園、オープンスペース、相談先をまとめたパンフレットです。



子育てサークル

佐伯区内の子育てサークルの一覧です。



オープンスペース（親子交流の場）

佐伯区内のオープンスペースの一覧です。



佐伯区地域子育て支援センター
082-921-5010

15 その他相談窓口



暮らしの道しるべ～相談窓口のしおり～ 広島市社会福祉協議会



市内に数多く開設されている様々な相談機関、支援団体を紹介した冊子です。



くらしの相談窓口（行政機関等）

広島市ホームページ



佐伯区役所



佐伯区社会福祉協議会



広島市の業務や手続きについて、
気軽に聞ける便利な電話
おしえてコールひろしま

082-504-0822

企画・協力：佐伯区まちづくり百人委員会 幸齢者部会
発行者：広島市佐伯区社会福祉協議会
〒731-5135広島市佐伯区海老園1-4-5
佐伯区役所別館5階
TEL 082-921-3113 FAX 082-924-2349
発行月：令和6年8月
発行数：1,500部