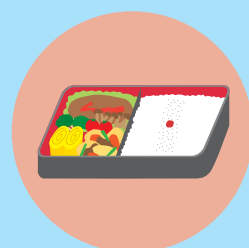


宇土市

生活支援 お宝ブック

ちょっと便利な
ガイドブック



もくじ

1.見守り・安否確認

No	事業所名	対応地区	掲載ページ
①	宇土市緊急通報装置貸与事業	市内全域	4
②	宇土市社会福祉協議会生活応援事業	市内全域	4
③	うきうきミルクセンター（株式会社明治特約店）	宇土・花園 轟・走潟	4
④	熊本ヤクルト株式会社 宇城センター	市内全域	5
⑤	郵便局のみまもりサービス	市内全域	5

2. 配食サービス等（弁当・食事キット等配達）

No	事業所名	対応地区	掲載ページ
⑥	宇土市食の自立支援事業	市内全域	7
⑦	うきうきミルクセンター	宇土・花園 轟・走潟	7
⑧	宇城ランチセンター	宇土・花園 轟・走潟一部	7
⑨	魚光（うおみつ）	宇土市役所半径 2km以内	8
⑩	生活協同組合くまもと（コープのお弁当宅配）	市内全域	8
⑪	日清医療食品株式会社	市内全域	9
⑫	配食サービス とんぼ	宇土地区	9
⑬	ベーカリー&カフェ デイジー	宇土・花園一部	10
⑭	まごころ弁当 南高江店	宇土地区	10
⑮	「ワタミの宅食」熊本城南営業所	市内全域	11

3. 買い物支援等（食材・米・日用品等買い物）

No	事業所名	対応地区	掲載ページ
⑯	（株）コメリパワー宇土店 コメリまごころ便	市内全域	13
⑰	（株）コメリパワー宇土店 コメリ灯油宅配サービス	宇土・花園 轟一部	13
⑱	J Aふれあい食材宅配	市内全域	13
⑲	フレッシュショップ パティオ（境）	市内全域	14
⑳	生活協同組合くまもと	市内全域	14
㉑	グリーンコープ 生活協同組合 くまもと	市内全域	15
㉒	（有）すぎもと（お米のすぎもと）	宇土地区	15
㉓	古山商店	宇土地区	15

もくじ

4. 生活支援 (理容・クリーニング・生活全般・出張可能な電気店)

No	事業所名	対応地区	掲載ページ
②④	ヘアーサロン イトウ	緑川・網津 網田一部	1 7
②⑤	ヘアーサロン トップヘア-21	宇土・花園 轟・走潟	1 7
②⑥	カットサロン ジャン	市内全域	1 7
②⑦	髪工房 AGO	市内全域	1 7
②⑧	井上クリーニング所	市内全域	1 8
②⑨	牧尾クリーニング	市内全域	1 8
③⑩	公益社団法人 宇土市シルバー人材センター	市内全域	1 9
③①	サン光 (さんこう) 家政婦紹介所	市内全域	1 9
③②	ベンリー宇土松橋店	市内全域	1 9
③③	生活支援サービス すずらん	市内全域	2 0
③④	便利屋 スター☆	市内全域	2 0
③⑤	訪問介護事業所 彩華	市内全域	2 0
③⑥	電器プラザ アキタ	宇土・花園 轟 (一部)	2 1
③⑦	エディオン 宇土店	市内全域	2 1

5. 移動支援

No	事業所名	対応地区	掲載ページ
③⑧	コミュニティバス「行長しゃん号」	宇土	2 3
③⑨	ミニバス「のんなっせ」	轟・走潟 花園・緑川・網津	2 3
④⑩	宇土市デマンドバス	網田 網津地区の一部	2 3
④①	お出かけサポートすまいるタクシー	市内全域	2 4
④②	福祉タクシー あじさい	市内全域	2 4
④③	福祉タクシー マーガレット	市内全域	2 4
④④	福祉タクシー みつばち	市内全域	2 5
④⑤	宇城タクシー	市内全域	2 5
④⑥	西田タクシー	市内全域	2 5
④⑦	あるこぶらす78	市内全域	2 6




宇土市の花「あじさい」

見守り・安否確認



①	宇土市 緊急通報装置貸与事業	市内全域
☎ 0964-27-3320 (高齢者支援課)		
利用料	支払い方法	申し込み方法
所得に応じて決定	口座引き落とし	電話受付後、相談員と面談
その他	<p>○急病などの緊急時に、通報できる機器を貸与します。 対象者：概ね65歳以上の独居高齢者等で、次のいずれかに該当する方。 ①要介護状態等で寝たきりの状態に近い方、転倒により寝たきりになるおそれが高い方。 ②既往歴で、生命に関わる発作などが起こるおそれが高い方。</p>	

②	宇土市社会福祉協議会 生活応援事業	市内全域
☎ 0964-23-3756		
利用料	利用日	申し込み方法
200円/回	平日週1回程度 (土・日・祝除く)	電話受付後、相談員と面談
その他	<p>○身体機能が低下された一人暮らしの高齢者や障がい者へ、ボランティアさんが声かけやちょっとしたお手伝いにいきます。対象者の要件がありますので、まずはお気軽にお問い合わせください。</p>	

③	うきうきミルクセンター (株式会社明治特約店)	宇土地区・花園地区 轟地区・走潟地区
☎ 0120-713-369		
利用料	申し込み方法	
商品の代金のみ	電話受付 9:00~17:00	
配達日	支払い方法	
火・金 (早朝)	現金 口座引き落とし	
その他	<p>○商品をご家庭まで定期的にお届けします。宅配専用商品で、市販品各種も取り揃えています。 例) ピンR-1ドリンク、メイバランスヨーグルト、ミルクで元気など ※初回申し込みに関り、1週間無料。</p>	

④

熊本ヤクルト株式会社
宇城センター

市内全域



0964-22-0900

申し込み方法

電話受付

利用料

商品の代金のみ

利用日

月～金曜日 9:00～14:00
年末年始、GW、お盆除く

支払い方法

現金



その他

- 「健康飲料のお届け」「見守り」「安否確認」
ヤクルト商品をお届けの際に、お客様に異変があった場合は、関係機関等に連絡いたします。

⑤

郵便局のみまもりサービス

市内全域



「お客様サービス相談センター」

(固定電話から) 0120-23-28-86 (フリーコール)

受付時間

平日8:00～21:00

土・日・休日9:00～21:00

(携帯電話から) 0570-046-666 (通話料有料)

支払い方法

ゆうちょ口座引き落とし
※引落日が土・日・休日の場合は
翌営業日

サービス内容・利用料

【みまもり訪問サービス】 2,500円/月 (税込)

- 郵便局社員など(弊社が委託したものを含みます。)がご利用者さま宅へ月1回訪問し、ご利用者さまとの会話を通じて生活状況を確認します。
- 確認した生活状況や訪問した社員からのコメントは、ご家族などのご指定いただいた報告先へご連絡します。ご利用者さまのご希望により写真やメッセージなども添付。
※みまもり訪問サービスには、ケガをして入院された場合に保険金が支払われる「みまもり保険」が追加料金なしで付いてきます。

【みまもりでんわサービス】 固定電話 1,070円/月 (税込) ・ 携帯電話 1,280円/月 (税込)

- ご利用者さまへ毎日お電話(自動音声)で体調確認を行います。
- 回答後には、日替わりメッセージもお楽しみいただけます。
- 体調確認の回答内容はすぐにご家族などのご指定いただいた報告先(4カ所まで)へメールでご連絡します。
※電話する時間は、7時～14時・16時～21時の間で希望をお伺いします。
※みまもり訪問サービスとの併用で110円割引となります。

【駆けつけサービス(オプション)】 プラス880円/月 (税込)

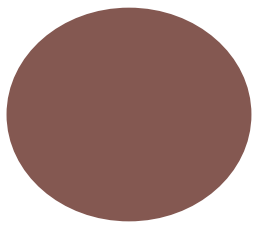
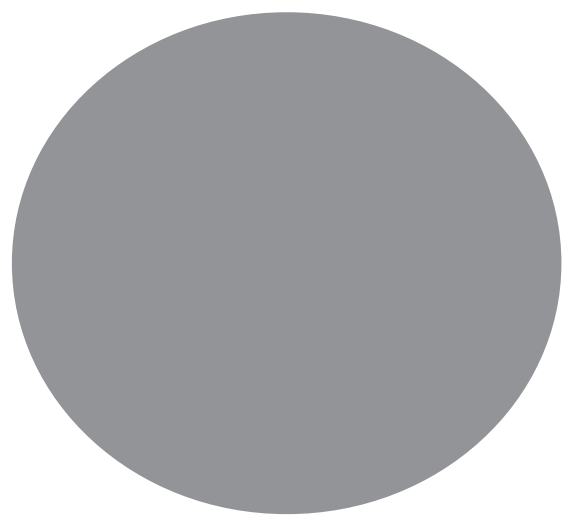
- お申し込み後、別途警備会社と契約を締結いただく必要があります。
- もしものときには、ご家族からの要請に応じて警備会社がご利用者さま宅に駆けつけます。
駆けつけ料は1回につき5,500円(税込)かかります。(対応時間1時間以内)
- さらに月額+2,200円(税込)～で、ご利用者さまへ専用の機器をお渡しする「ご本人向けサービス」もご用意しています。

その他

- 契約期間はサービス提供開始日から1年間です。
※期間満了日から30日前までにご契約者、当社いずれからも契約満了の通知をしない場合、さらに1年間延長するものとし、以後も同様です。
- 交通事情などの要因により訪問が困難な場合はサービス提供をお断りさせていただく場合があります。



御輿来海岸



配食サービス等
(弁当・食事キット等配送)



⑥	宇土市 食の自立支援事業	市内全域
☎	0964-27-3320 (高齢者支援課)	申し込み方法 電話相談
利用料	利用日	支払い方法
1食300円	月～金曜日 昼食及び夕食	現金
その他	<p>○対象者：身体機能が低下され、調理をされることが困難な一人暮らしの高齢者等。</p> <p>○希望される方すべてが利用できる制度ではなく、自立支援を目的とした事業となります。</p> <p>利用内容に関しては、専門職での会議で決定されます。まずはお電話でご相談ください。</p>	

⑦	うきうきミルクセンター	宇土地区・花園地区 轟地区・走潟地区
☎	0120-713-369	申し込み方法 電話受付
利用料	利用日	支払い方法
お弁当コース ご飯+おかず4～5品 540円 おかずコース おかず6品 570円 彩食八菜コース おかず8品 670円	月～金曜日 午前中 ※週3食以上のご注文を お願いしています。	現金前払い 口座引き落とし
		
お弁当コース	おかずコース	彩食八菜コース

⑧	宇城ランチセンター	宇土地区・花園地区 轟地区・走潟地区の一部
☎	0964-33-6716	申し込み方法 電話受付 (前日まで)
利用料	利用日	支払い方法
おかず (大) 500円 おかず (小) 400円 ごはん (150g) 150円	月～土曜日	現金後払い (1週間分) 口座振り込み
その他	<p>○1食から配達します。(日替わり)</p> <p>○配達料なし</p>	

9

(有) 魚光 (うおみつ)

宇土市役所を中心に
半径 2 km以内

0964-23-3120

申し込み方法

電話受付

10:00~16:00

(前日までに連絡)

利用日

月～金曜日
(午前 11時から 12時の間)

支払い方法

現金

利用料

○お弁当 600円～

○寿司・刺身 1,000円～

※お惣菜等の上記以外の配達について
もご相談ください。

その他

○配達ができる地域かどうか、まずはお電話ください。

○注文状況によっては対応が出来ない日がありますので、ご了承ください。

10

生活協同組合くまもと

(コープのお弁当宅配)

市内全域



0120-950-345

(月～金 9:00～18:00)

利用日

月曜日～金曜日 (週5日間)

支払い方法

口座振替

申し込み方法

電話受付

利用料

お弁当コース (5日分) 2,940円 (税込)

おかずコース (5日分) 3,090円 (税込)

彩食八菜コース (5日分) 4,225円 (税込)

※5日間、毎日お届け致します。配達時間等は別途ご案内します。



その他

○生協くまもとの組合員であればどなたでもご利用いただけます。

(組合員でない方は、ご登録のお手続きが必要です。生協にご加入の際は、出資金1,000円をお預かりさせていただきます。)

⑪

日清医療食品株式会社

市内全域

食宅便コールセンター



0120-8149-39

専用URL：<https://shokutakubin.com>

申し込み方法

電話受付

8：30～20：30

利用料

送料：780円（税込）

※らくらく定期便ご利用の場合390円

利用日

年中無休

※ヤマト運輸「クール宅急便」にて宅配

支払い方法

クレジットカード
代金引換

コース例) おかずのみのコースになります。

○おまかせコース 1セット(7食) 4,173円(税込)

○ケアシリーズ各種 各コース 1セット(7食) 4,588円(税込)

・やわらかい食事コース...歯茎でつぶせる硬さを目安に調整したメニュー

・塩分ケア...1食につき食塩相当量を2.0g以下に抑えたメニュー

・たんぱくケア...3食のたんぱく質を約40g以下に抑えたメニュー

・カロリー1200...3食のカロリー摂取量を約1200kcal(1食当約400kcal)に抑えたメニュー

・カロリー1600...3食のカロリー摂取量を約1600kcal(1食当約530kcal)に抑えたメニュー



QRコード



その他

○弊社は病院・福祉施設のお食事を提供している業界最大手のリーディングカンパニーです。その食事提供サービスで培ったノウハウを活かした管理栄養士監修の栄養バランスに配慮したお食事を、食べたいときに温めるだけでお召し上がりいただけます。注文忘れの心配のない「らくらく定期便」もごございます。

⑫

配食サービス とんぼ

宇土地区
(要相談)

0964-27-9891

申し込み方法

利用日

月～土曜日の夕食のみ

※お届けの時間指定はできません。

利用料

○おかずのみ 350円

○弁当 450円

電話受付

9:00～17:00

(前日までに予約)

支払い方法

口座引き落とし
現金

(月末払いまたは週末払い)



日替わり



おかずのみ

その他

○手渡して、安否確認も行います。置き配も可能です。

○日曜日、12月31日～1月3日、8月13日はお休みです。

13

ベーカリー&カフェ デイジー

宇土地区
花園地区の一部



0964-27-7022

申し込み方法

電話受付

利用日

支払い方法

10:00~17:00

(前日までに連絡)

月・水・木・金曜日
(朝11時から14時の間)

現金

利用料



日替わり弁当



○日替わり弁当 550円~

○サンドイッチ 450円~

○セット味噌汁 200円

※定番メニューから季節限定メニュー
等多数取り揃えております。

その他

○火曜日が定休日となりますので、水曜日の注文は月曜日までをお願いします。

○注文状況によっては対応が出来ない日がありますので、ご了承ください。

14

まごころ弁当 南高江店

宇土地区



096-285-9801

申し込み方法

電話受付

利用日

支払い方法

月~土曜日の昼食と夕食

昼: 10時~12時半

夕: 15時~18時半

現金

月払い現金

口座引き落とし



利用料

普通食セット 555円 おかずのみ 497円

まごころ小町セット 大) 460円 小) 355円

カロリー調整食 760円 おかずのみ 720円

たんぱく調整食 830円 おかずのみ 780円

ムース食(おかゆ) 675円 おかずのみ 620円

その他

○お弁当配達だけでなく、安否確認を行います。希望があれば服薬確認等も行います。

○刻み食や、刻みとろみ食にも対応しています。

15

「ワタミの宅食」
熊本城南営業所

市内全域



「ワタミの宅食」受付センター

0120-321-510

申し込み方法

電話受付

午前9時～午後6時

利用日

月～日曜日

※12月31日～1月3日はお休みです。
※午前10時～午後5時の間に毎日
お届けします。

支払い方法

現金（前金制）
口座振替
クレジット払い
(ホームページからのみ)

利用料

まごころおかず	日替わり7日間コース	4,690円(税込)
まごころ御膳	日替わり7日間コース	4,410円(税込)
まごころ手鞠	日替わり7日間コース	3,990円(税込)
まごころ小箱	日替わり7日間コース	3,910円(税込)



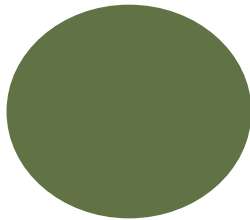
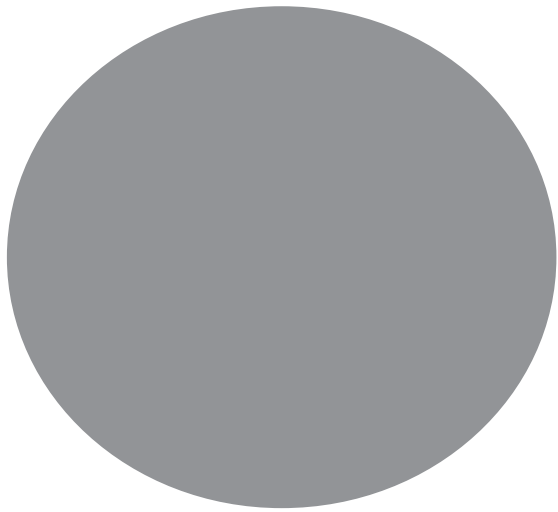
※写真はイメージです。

その他

- お届け時間の指定はできません。
- 「日替わり5日間コース(月～金)」、「曜日を選べるコース」もございます。
- 祝日のある週は価格が異なります。
- 土日祝日のお届けに関する詳しい内容・価格はお問い合わせください。(2023年6月の情報を掲載)



宇土市の木「きんもくせい」



買い物支援
(食材・米・日用品等配達)



16

(株) コメリパワー 宇土店
コメリ まごころ便

市内全域



0120-188-560

申し込み方法

電話またはネットでご注文

https://www.komeri.com/contents/catalog/web/masked/komericatalog/2103_magokoro.html

利用料

支払い方法

配送基本料金
1件550円(税込)

コメリカード決済
クレジットカード(VISA、MASTER、JCB)

その他

- 衛生用品や日用品のカタログ掲載品の配達を行います。店頭に行かずにお買い物が可能です。
- 1カ所配送先で商品代金の合計が10,000円以上のご購入で配送基本料金無料。

17

(株) コメリパワー 宇土店
コメリ 灯油宅配サービス

宇土地区・花園地区
轟地区の一部



0120-371-445

申し込み方法

詳細はURLをご確認ください

<https://www.komeri.com/toyu/top/CSFtop.jsp>

利用料

利用日

支払い方法

灯油単価は上記番号にお問い合わせ
ください。

日・祝日は配送なし

コメリカード決済
クレジットカード(VISA、MASTER、JCB)

その他

- ご自宅へ灯油宅配をいたします。インターネットで、「コメリ灯油宅配」と検索すると詳細が確認できます。
- 宅配には会員登録が必要です。

18

J Aふれあい食材宅配

市内全域



0964-34-3377

申し込み方法

電話受付

利用料

利用日

支払い方法

- 基本コース・お手軽コース(2人用)
17,820円/月
- わくわくコース(2人用)
20,190円/月
- 楽々コース(1人用)
16,810円/月
- 冷凍おかずセット(1人用・2食分入)
1,080円~

週3回(ひと月10~12回の宅配)

JA口座引き落とし

※お住まいの地区により
月・水・金または火・木・土に
お届けします。

※日曜日、祝日、正月、お盆のお
届けはありません。

その他

- 夕食準備に便利な食材
セットの宅配。
- 日替りで自由にコース
選択可能。
- 配送料無料。
- 毎月無料のレシピ本付。

JAふれあい食材宅配 ホームページ

管理栄養士が考えた家族の健康を考えたおきレシピの紹介や、こだわり食材の紹介、写真や動画で特産品を見やすく、楽しいサイト作りを心がけています。食材を使った料理を作る時や、献立に困った時、お時間のある時に、気軽にご覧になつてください。

16つの特徴

JAふれあい食材宅配の6つの特徴についてご案内しています。JAならではの特産品を一品で理解することができます。

2 こだわり食材

管理栄養士が厳選したこだわりの食材についてご紹介しています。こだわりの食材のこだわりポイント(生産地など)をわかりやすくご紹介しています。

4 コース紹介

JAふれあい食材宅配で選べる4つのコースについてご案内しています。こだわりの食材で、ご自身のライフスタイルに合わせて自由に選ぶことができます。

5 お得情報発信

キャンペーンの告知や季節限定のご紹介など、タイムリーな情報を楽しく、わかりやすくお届けします。

お電話

ご入会・ご登録からご利用開始となります。

- お電話が通じません
- 加入申込書に記入
- お申し込み後、お電話にてご案内

ご利用の流れ

お申し込み後、お電話にてご案内いたします。

- お申し込み後、お電話にてご案内
- お申し込み後、お電話にてご案内

お届け

ご注文後、約2週間前からお届けいたします。

- ご注文後、約2週間前からお届け
- ご注文後、約2週間前からお届け

お支払いに便利なJAの口座をご利用ください。毎月月末での引、翌月自動的に振替処理させていただきます。

JAふれあい食材宅配のホームページを公開中。

管理栄養士が考えた家族の健康を考えたおきレシピの紹介や、こだわり食材の紹介、写真や動画で特産品を見やすく、楽しいサイト作りを心がけています。食材を使った料理を作る時や、献立に困った時、お時間のある時に、気軽にご覧になつてください。

16つの特徴

JAふれあい食材宅配の6つの特徴についてご案内しています。JAならではの特産品を一品で理解することができます。

2 こだわり食材

管理栄養士が厳選したこだわりの食材についてご紹介しています。こだわりの食材のこだわりポイント(生産地など)をわかりやすくご紹介しています。

4 コース紹介

JAふれあい食材宅配で選べる4つのコースについてご案内しています。こだわりの食材で、ご自身のライフスタイルに合わせて自由に選ぶことができます。

5 お得情報発信

キャンペーンの告知や季節限定のご紹介など、タイムリーな情報を楽しく、わかりやすくお届けします。

お問い合わせ先: JA熊本うき 0964-34-3377 購買部 生活購買課

①9

フレッシュショップ パティオ（境）

市内全域



090-4356-2208

申し込み方法

電話受付

利用料

商品代金
※配達料なし

定休日

日・祝日

支払い方法

現金



その他

- 魚・肉・野菜・食料品・日用品などを取りそろえ、移動販売車で伺います。
- 対応地区、曜日については事前にご相談ください。
- 水・土曜日は市場が休みのため、品数に限りがあります。

②0

生活協同組合くまもと

市内全域



0120-911-211

申し込み方法

電話受付

受付時間：（月～金）9：00～19：00（土）9：00～17：00

専用URL：<https://www.kumamoto.coop/>

利用料

団体宅配：注文された商品代金。
個人宅配：注文された商品代金
と、132円（税込）
の宅配料。

利用日

週に1回決められた曜日・時
間帯に配達にお伺いいたしま
す。地区によって曜日が異な
ります。
※お気軽にお問い合わせください。

支払い方法

商品お届けの翌月に
口座振替させていただきます。

※生協くまもとへの加入手続き後ご利用いただけます。加入の際は、出資金として1口1,000円を
お預かりさせていただきます。（生協を脱退される際は、全額お返しします。）


その他


- コープ商品・産直品をはじめとした食料品から、雑貨や衣類までさまざまな商品をご用意しています。
- ご不在時は、温度帯別にドライアイスや保冷剤をセットしてお届けしますので安心してご利用いただけます。



(21)	グリーンコープ 生活協同組合 くまもと	市内全域
 0964-33-4793	申し込み方法	電話受付 (9:00~17:00)
利用料	利用日	支払い方法
<p>団体宅配：注文された商品代金。 個人宅配：注文された商品代金と、440円/月の宅配料。</p>	<p>週に1回決められた曜日・時間帯に配達にお伺いいたします。地区によって曜日が異なります。 ※お気軽にお問い合わせください。</p>	<p>商品お届けの翌月に口座引き落としになります。</p>
その他		
<p>○食料品から日用品や衣類までさまざまな商品をご用意しています。 ○ご不在時は、温度帯別にドライアイスや保冷剤をセットしてお届けしますので安心してご利用いただけます。</p>		

配達可能な米穀店

(22)	(有)すぎもと (お米のすぎもと)	宇土地区
 0964-22-0209	申し込み方法	電話受付 (9:00~18:00)
利用料	利用日	支払い方法
<p>米5キロ 2,000円～</p>	<p>月曜日～土曜日 10:00~16:00</p>	<p>現金</p>
<p>○もち米や醤油、ラーメンなども一緒に配達できます。</p>		

(23)	古山商店	宇土地区
 0964-22-0029	申し込み方法	電話受付 (10:00~16:00)
利用料	利用日	支払い方法
<p>米5キロ 2,000円～</p>	<p>月曜日～金曜日 10:00~16:00</p>	<p>現金</p>
<p>○お米と一緒に、醤油・油・季節の野菜・季節の果物なども配達できます。</p>		




宇土市の鳥「メジロ」


生活支援


(理容・クリーニング・生活全般・電気店)




出張・送迎が可能な理容店

②4	ヘアーサロン イトウ	緑川・網津 網田地区の一部
	0964-24-3718	住所 住吉町2181-8
利用料	対応日	支払い方法
女性カット 2,200円～ 男性カット 3,000円～	火～日曜日 (8:30～19:00) (第1日曜・祝日除く)	現金
その他	<input type="checkbox"/> 送迎可 (自分で車に乗り降りできる方。) <input type="checkbox"/> 出張可 (料金等は、事前にご相談ください。)	

②5	ヘアーサロン トップヘアー21	宇土・花園 轟・走潟地区
	0964-23-1936	住所 松原町53-3
利用料	対応日	支払い方法
カット 3,000円～	火～金曜日 (10:00～15:00)	現金 PayPay等
その他	<input type="checkbox"/> 午前10時から午後3時まで送迎可。(車いすの方も、車に乗り降りできれば可。) <input type="checkbox"/> 出張可。料金等は、事前にご相談ください。	

②6	カットサロン ジャン	市内全域
	0964-22-4597	住所 城之浦町148
利用料	対応日	支払い方法
カット 3,500円～	火～金曜日 (9:00～15:00)	現金
その他	<input type="checkbox"/> 送迎(車いす)可・出張カット致します。シェービングは対応ができません。 <input type="checkbox"/> 日時、料金等は、事前にご相談ください。	

②7	髪工房 AGO	市内全域
	0964-22-7080	住所 古保里町491-1
利用料	対応日	支払い方法
カット 2,500円～ 出張費 1,000円	火～日曜日 (10:00～18:00) (第1日曜・祝日除く)	現金 クレジット
その他	<input type="checkbox"/> 送迎可。 <input type="checkbox"/> カラー・パーマ・全身脱毛も対応します。 <input type="checkbox"/> カツラ既製品、オーダー、修理賜ります。	

集配可能なクリーニング店

②8

井上クリーニング所

市内全域



0964-22-0203

住所

本町3丁目8

利用料

クリーニング料金のみ

開店日

月～土曜日（祝日は休み）
10：00～16：00

支払い方法

受け取り時、現金前払い



その他

【集配地区・曜日】

○宇土地区：月～土曜日 ○花園地区：火曜日・金曜日
○緑川・走潟地区：木曜日・土曜日 ○網津・網田地区 木曜日

②9

牧尾クリーニング

市内全域



0964-22-0560

住所

城之浦町334

利用料

クリーニング料のみ

開店日

月～土曜日
10：00～16：00

支払い方法

受け取り時、現金前払い



その他

○じゅうたんや布団、毛布なども受付できます。

○お気軽にご相談ください。

30

公益社団法人
宇土市シルバー人材センター

市内全域



0964-22-3780

申し込み方法

電話受付

平日 8:30~17:15

利用料

サービス内容により
異なります。
※事務所にお問い合わせください。

利用日

要相談

支払い方法

現金
金融機関から振込

サービス内容

【技能分野】

植木剪定・ふすま、障子、網戸張替え・軽易な大工仕事など。

【軽作業分野】

除草・草刈り・屋外清掃・墓掃除
農作業・収穫の手伝いなど。

【管理分野】

施設管理・駐車場管理・受付業務など。

【家庭援助分野】

室内清掃・衣類の整理・買物など。

会員も募集
しています



31

サン光（さんこう）家政婦紹介所

市内全域



096-202-6678

申し込み方法

電話受付

8:00~20:00

利用料

1時間 1,130円~1,469円
12時間 11,300円
24時間 22,600円

利用日

年中無休 24時間対応

支払い方法

現金
口座振込
(家政婦が請求)

その他

○家政婦は、全ての家事（家事一般、介護・見守り、ベビーシッターなど）をお手伝いします。
○詳細はお気軽にお問い合わせください。○ホームページは、「サン光家政婦」で検索可。

32

ベンリー宇土松橋店

市内全域



0120-498-444

(0964-24-5511)

申し込み方法

電話受付

8:30~17:30

利用料

お見積りにて決定
※お見積りは無料です。

利用日

月~土曜日

支払い方法

現金

Living Support with Benry



お困りごとはベンリーにお任せ!!

サービス内容

ハウスクリーニング・エアコンクリーニング・引っ越しの手伝い・草刈り・枝切り・害虫駆除サービス・水まわりメンテナンス・不用品処理のお手伝い・遺品整理など

③③

生活支援サービス「すずらん」

市内全域



080-2898-4947

申し込み方法

電話受付

平日 9:00~17:00

利用料

○15分 500円 ○30分 1,000円
○1時間 2,000円 ○2時間 3,500円

利用日

要相談

支払い方法

当日現金払い

サービス内容

○介護保険外サービスです。買い物や掃除、洗濯、ゴミ出し等を行います。受診や趣味活動の付き添いも行います。お気軽にご相談ください。

③④

便利屋 スター☆

市内全域



090-1512-8375

申し込み方法

電話受付

9:00~18:00

利用料

基本料金1時間 2,500円
+それぞれの作業料金

※見積無料、家事代行等のお手伝いは基本料金は発生しません。

利用日

不定休 9:00~18:00

支払い方法

現金

サービス内容

○屋内外清掃・草刈り・洗車・不用品回収・買い物代行などの生活支援身の回りの「困りごと」に対応いたします。支援内容によって金額が異なりますので、お気軽にご相談ください。

③⑤

訪問介護事業所 彩華

市内全域



0964-27-9891

申し込み方法

電話受付

平日 9:00~17:00

利用料

生活援助 30分未満 1,500円
60分未満 3,000円
身体介護 30分未満 2,500円
60分未満 5,000円

利用日

要相談

支払い方法

現金
口座振込
口座引き落とし
(定期的にご利用の場合)

サービス内容

○介護保険外サービスです。買い物や掃除、洗濯などの生活支援や身体介護、受診付き添い等の外出支援を行います。

○60分を超える内容についてはご相談ください。

出張可能な電気店

36

電気プラザ アキタ

宇土・花園
轟（一部）



0964-22-0074

住所

城之浦町187

利用料

出張料 1,000円～
+実費

開店日

月～金曜日（祝日は休み）
10：00～16：00

支払い方法

現金



その他

- 電球交換や家電等の不具合の相談
- コンセントやスイッチの交換
- まずはお気軽にご相談ください

37

エディオン 宇土ピア店

（ダイレックス宇土店内）

市内全域



0964-22-1177

住所

北段原町73

利用料

お見積りにて対応します

開店日

日～土曜日
（元日のみ休み）
9：00～19：00

支払い方法

現金

クレジット・バーコード決済



その他

- 電球交換や家電等の不具合の相談
- コンセントやスイッチの交換
- 火災報知器や防犯カメラの取り付け相談
- まずはお気軽にご相談ください
- トイレ・浴室・キッチン・洗面台・リフォーム
- 水漏れ工事・ボイラー・温水器修理



網田ネーブル

移動支援



38

コミュニティバス 「行長しゃん号」

宇土地区



0964-22-1111

(宇土市役所企画課)

支払い方法

現金・ICカード

運行日

平日・土曜日・祝日運行 ※日曜日運休(祝日が日曜の場合は運休)

利用料

150円(小学生80円)

※・幼児(1~6才・小学生は除く)

- ・小児以上の同伴者1人につき：幼児1人は無賃、2人目からは各小児運賃
- ・幼児の単独乗車：小児運賃
- ・乳児(1才未満)：無賃

※運転免許を自主返納された方

65歳以上の運転免許を自主返納された方が、「免許返納者割引乗車証」

を発行された場合、運賃半額(80円)

(有効期間2年間)

※障害者手帳をお持ちの方 運賃半額(80円)

その他

○市街地を循環するコミュニティバスで、利用者の多い商業施設や病院、公共施設、宇土駅やバス停などをつなぎ、快適に移動ができます。 宇土市ホームページURL：<https://www.city.uto.lg.jp>



39

ミニバス 「のんなっせ」

花園地区・轟地区
走潟地区・緑川地区
網津地区



0964-22-1111

(宇土市役所企画課)

支払い方法

現金

利用料

1乗車均一運賃200円
(小学生100円)

※小学生未満の乳幼児は無料。

※障害者手帳をお持ちの方は運賃が100円になります。



運行エリア・運行日

運行ルート	運行日	主な停留所
轟線	木曜	打越区公民館・轟水源前広場 椿原
宇土北部線	月・水・木曜	下新開区公民館・住吉鯨鯨 走潟地区公民館
網津・緑川線	月・木・金曜	旧網津支所・あじさいの湯 鶴見塚八幡宮
花園北部線	水・金曜	クロス2 1 UTO 宇土スポーツセンター
花園南部線	水・金曜	花園小前・立岡区公民館 トライアル

○宇土市のホームページに詳細を記載しています。宇土市ホームページURL：<https://www.city.uto.lg.jp>

40

宇土市乗合タクシー

網田地区
網津地区の一部
(長部田・小部田のみ)



080-7758-2309

支払い方法

現金

利用料

長浜町(笠瓜以外)、住吉町(長部田・小部田) 600円
 長浜町(笠瓜)、戸口町、上網田町、下網田町(米の口・古場田以外) 700円
 赤瀬町(古屋敷以外) 800円
 下網田町(米の口、古場田)、赤瀬町(古屋敷) 900円
 網田地区内移動(網田地区⇄市内中心部間の予約がある場合のみ) 200円

※未就学児は無料。

※障害者手帳をお持ちの方は運賃が半額になります。

運行日

平日・祝日運行



運行エリア

宇土市網田地区等⇄市内中心部

※網田地区等⇄市内中心部の予約がある場合は、網田地区等内での乗降も可
 ※市内中心部での乗降は指定乗降場所のみ

その他

○電話で事前予約していただき、ご自宅から指定乗降場所までお出かけできます。

○宇土市ホームページURL：<https://www.city.uto.lg.jp>

福祉タクシー

④1

お出かけサポート すまいるタクシー

市内全域



080-6416-2034

申し込み方法

電話受付
※事前予約

利用料

初乗り660円・介助料1,000円
車いす無料
リクライニングチェア 1,000円
ストレッチャー 2,000円

利用日

8時～17時
上記以外の時間や土・日
祝日にも対応可

支払い方法

現金
クレジットカード
電子マネー



その他

○介助が必要な方の移動はもちろん、買い物・病院の付き添い
代行等、介護福祉士ドライバーがどんな事でも対応致します。
お困りの際は是非ご相談ください。

専用URL：<https://sumairutaxi.com>

④2

福祉タクシー あじさい

市内全域



0964-24-3273

申し込み方法

電話受付
※事前予約

利用料

移動された分のタクシー料金
リフト使用+介助料 500～1,000円

利用日

要相談

支払い方法

現金



その他

○車いすやリクライニングチェアでの移動が必要な方のお手伝いをします。
○予約制となりますので、事前にご連絡ください。

④3

福祉タクシー マーガレット

市内全域



080-2694-5717

申し込み方法

電話受付
※事前予約

利用料

タクシー料金に別途500円の介助料
リクライニング車いす利用料1,500円
ストレッチャー使用料2,000円

利用日

月～土曜日

支払い方法

現金

その他

○介助が必要な方の外出のお手伝い。入院・転院の移動支援。
○買い物代行・薬受け取りの代行等も致します。(1,000円)

44

福祉タクシー みつばち

市内全域

080-3908-2659

申し込み方法

電話受付
※事前予約

利用料

タクシー料金+乗降介助料 1,000円
リクライニング車椅子 1,000円
ストレッチャー 2,000円

利用日

月～土 午前8時～午後5時
上記以外は要相談

支払い方法

現金



その他

○介助を必要とされている方の通院・入院等のお手伝い。受診や買い物の付き添い等を致します。ナースドライバー在籍です。お気軽にご相談ください。

○障がい者手帳をお持ちの方は運賃1割引となります。

宇土市内タクシー営業所

45

宇城タクシー

市内全域

フリーダイヤル
0120-220-711

固定電話番号
0964-22-0711

住所

宇土市本町4丁目25

支払い方法

現金
PayPay等

初乗り料金

630円



46

西田タクシー

市内全域

フリーダイヤル
0120-220-726

固定電話番号
0964-22-0726

住所

宇土市北段原町37

支払い方法

現金
カード決済
PayPay等

初乗り料金

630円



外出時の付き添い等サービス

④7

あるこぷらす78

市内全域



0964-41-2937

申し込み方法

電話受付
9:00~18:00

利用料

付添いサービス
20分未満 1,900円
20分~40分未満 3,480円
40分~60分未満 4,880円
※時間外対応も相談可能です。

利用日

月~土曜日

支払い方法

現金

サービス内容

付添サービス
(病院受診・買い物・墓参り・日帰り旅行)

※買い物代行等、その他サービスに関しては、お気軽にお問い合わせください。



ご利用される際の注意点

○掲載内容は令和5年7月時点の情報です。場合によっては、提供されるサービス・金額等が一部変更になっている可能性があります。ご利用の際は、事前にご確認ください。

○掲載内容について、宇土市や宇土市社会福祉協議会がその内容を保証するものではありません。

利用に関して生じた事故やトラブル等に関して一切の責任を負いませんので、ご了承ください。



「御輿来海岸」

宇土市生活支援お宝ブック

発行 宇土市

宇土市社会福祉協議会

発行年月 令和6年2月