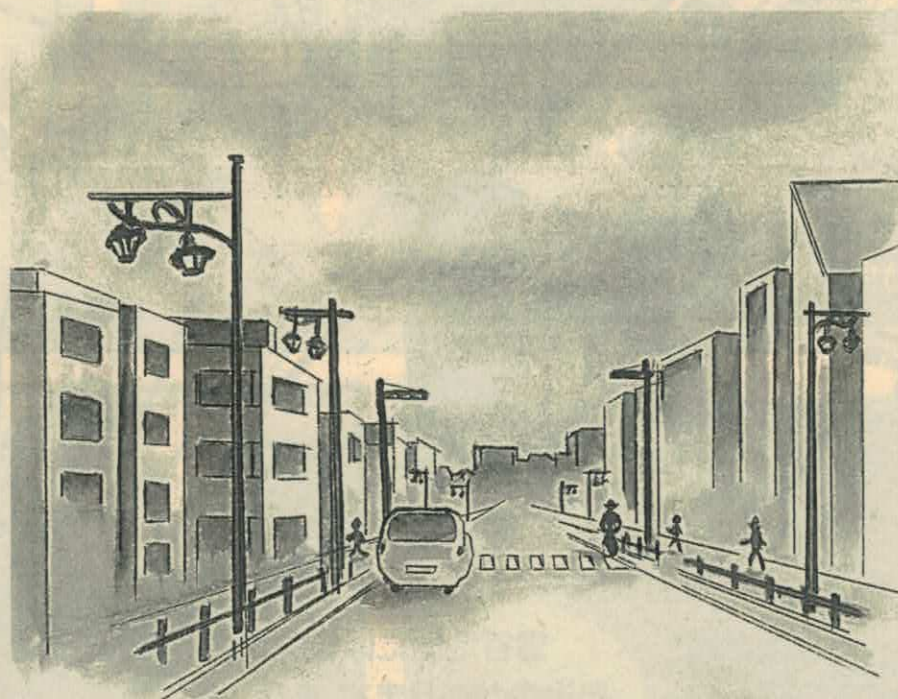


令和3年度 雪谷お役立ちガイド

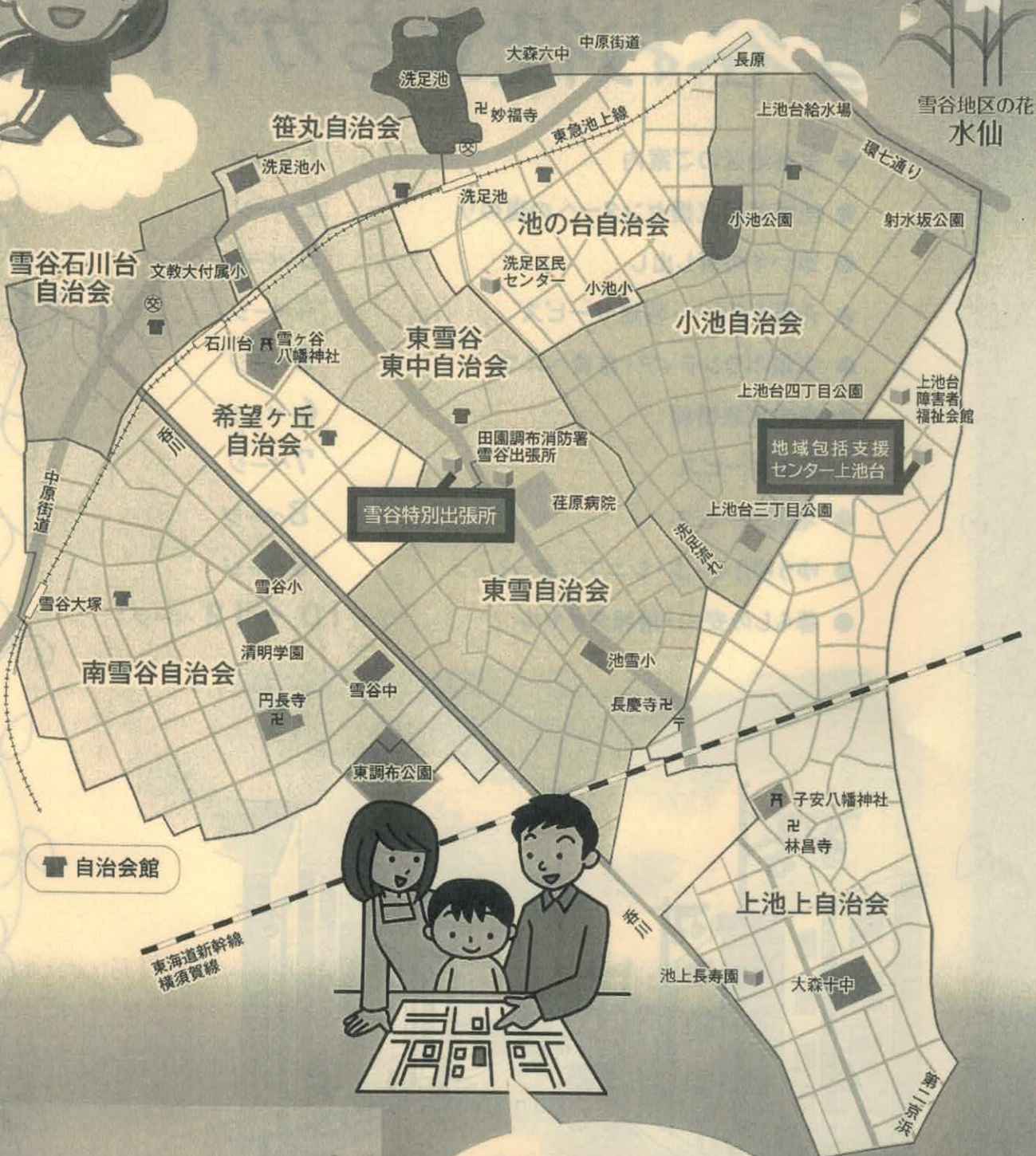
- 雪谷地区のご案内 1 ページ
- 地域包括支援センターへの道のり 2 ページ
- 車いすの貸し出し 3 ページ
- 介護タクシー・移送サービス 4 ページ
- 有償ボランティア・自費ヘルプ 5 ページ
- 在宅医療情報 6 ページ
- 配食サービス 7 ページ
- 宅配サービス 8 ページ
- ゆうゆうくらぶ・シニアステーション 9 ページ
- 暮らしの安心・情報ダイヤル 10 ～12 ページ



※ 表紙画は、富岡 忠様から寄せられたものです

みなさん、自治会へどうぞ!!

雪谷地区のご案内



洗足池

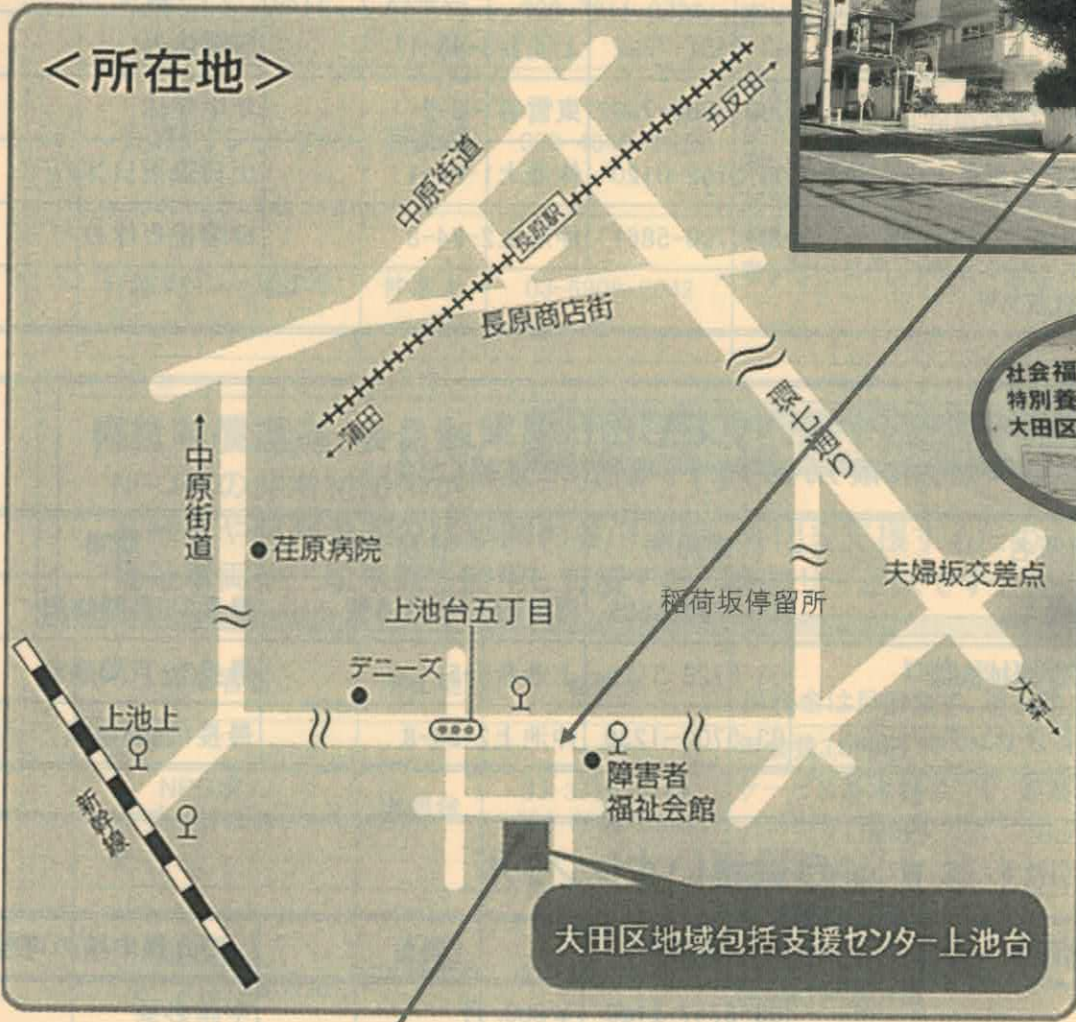
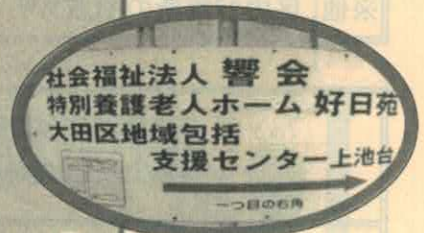
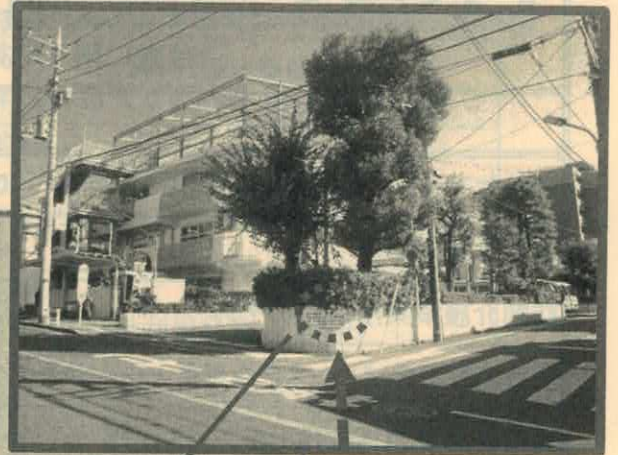
雪谷地区自治会連合会

!! ~地域包括支援センター上池台への道のり~

住所:大田区上池台5-7-1 特別養護老人ホーム好日苑内

電話:03-3748-6138

(平日9:00~19:00 土曜日9:00~17:00)



①東急バス 上池上循環 「稲荷坂」下車徒歩5分

バス通りから障害者福祉会館を曲がって坂を上がり、最初の十字路にあります。

②東急池上洗 「長原駅」下車 徒歩15分

環七通りを大森方面に向かい、夫婦坂交差点を右折、坂を下りて障害者福祉会館を左折して坂を上がり、最初の十字路にあります。

車いすの貸し出し

車いすステーション事業
最長1ヶ月間無料
 台数に限りがあります。事前にご連絡ください。

事業所名	連絡先	住所	定休日
(有)ケアステーション桃の木	03-5754-3137	上池台1-17-2	日曜祝日休み
通所ラボGOEN	03-6451-7022	上池台3-46-11	日曜休み
訪問介護事業所(株)のぞみ	080-5960-7902	東雪谷1-3-2	年中無休
生活協同組合パルシステム東京大田センター	03-3752-0120	仲池上1-31-1	土日曜祝日休み
大田区地域包括支援センター久が原	03-5700-5861	仲池上2-24-8	日曜祝日休み
※他、区内37箇所の拠点あり			

車いす貸し出し事業
 台数に限りがあります。事前にご連絡ください。

事業所名	連絡先	住所	期間
大田区社会福祉協議会	03-3736-5555	西蒲田7-49-2-5階	最長2ヶ月間無料
大田区立上池台障害者福祉会館	03-3728-3111	上池台5-5-1	最長3ヶ月間無料
池上高齢者在宅サービスセンター	03-5700-1239	仲池上2-24-8	最長1週間無料

自費車いすレンタル

事業所名	連絡先	料金	要介護申請の可否
東基	03-5747-2180	¥800/月	申請必要
パナソニック エイジフリーショップ品川	03-5715-3581	¥500/月	未申請でも可
フランスベッド(株)メディカル大田営業所	03-5754-4315	¥1,500/月	未申請でも可
フロンティア大田営業所	03-5762-1161	¥800/月	未申請でも可
プロトライフケア蒲田	03-5703-5571	¥500/月	要支援1以上必要
ヤマシタ・コーポレーション大田営業所	03-5700-7227	¥402/月	申請必要



介護福祉タクシー・移送サービス

介護タクシー

介護の資格を持ったドライバーが運転をするタクシーです。



事業者名	所在地	連絡先	詳細(税込価格) ※料金は目安です。予約時ご確認ください。
介護タクシー西村	大森西	03-6404-8400 090-7211-3720	予約制 2kmまでの合計利用料金 2,570円 車いす、ストレッチャー対応可
介護タクシーPず	西蒲田	080-4340-3137	予約制 2kmまでの合計利用料金 2,950円 車いす対応可 女性ドライバーが対応します！
介護タクシー猫の手	仲池上	03-6908-2042	予約制 車いす、ストレッチャー対応可

福祉有償運送(会員制)

定期受診や急な診察の送迎もご相談ください！

NPO等の非営利団体が、
高齢者や障害者等の移動制約者の通院、外出を支援するため
福祉車両や一般車両を使用し有償で行う移送サービスです。



事業者名	所在地	連絡先	詳細(税込価格) ※料金は目安です。予約時ご確認ください。
NPO法人 もっけだの	上池台	03-3726-0149 080-6532-1047	年会費3,000円 サービス基本料金 + 距離の料金 (500円 + 1kmにつき200円) 院内付き添い可・車いす対応可
NPO法人 サポートぱんぷきん	大森西	03-3761-0582	年会費3,000円 区内の移動片道料金 1,500円 院内付き添い可 車いす対応可
NPO法人 たすけあい大田 はせさんず	池上	03-5747-2616	年会費3,000円 入会費3,000円 区内かつ1区間の利用料金 1,600円 院内付き添い可 車いす対応可

通常タクシー



事業者名	連絡先	詳細(税込み価格)
荏原交通	配車: 03-3783-5111	送迎料金420円 予約料金420円 初乗り料金420円 貸し切りタクシー対応可
東京無線タクシー	配車・予約 0570-550555	送迎料金320円 予約料金420円 初乗り料金420円



有償ボランティア・自費ヘルプ



※費用については、変更の可能性があるため詳細は直接お問い合わせください。

事業所名	連絡先	詳細(金額等)
大田区シルバー 人材センター 蒲田分室	03(6715)9855	家事援助サービス1時間¥1130~ その他のサービスについては、 お問い合わせください。
大田区社会福祉協議会 助っ人サービス	03(5703)8230	20分以内 ¥300 単発でサポートが必要な方が対象
NPO法人ピオラ たすけあいワーカーズ ACTおおた	03(5732)3380	年会費 ¥3000 30分以内¥1400~ 1時間¥2200~
ケアメイト大岡山 (家政婦紹介所)	03(3717)3115	1時間¥1800+紹介手数料(賃金の 15%) +交通費 長時間は割引あり
ダスキンライフケア 池上ステーション	0120(884)207	1時間¥4500×2時間~
やさしい手 おまかせさん	0120(834)433	1時間 生活援助¥3000 身体介護¥3500
うさぎ生活サービス	050(7125)0446	1時間 家事援助¥2500 身体介護¥3000 区域外は+交通費





在宅医療情報



田園調布医師会在宅医療相談窓口の活用を

退院の際の在宅療養に関することや、在宅での診療に関する事など、在宅医療に関するご相談を受けることができます。お気軽にご相談ください。

例えば・・・

- 病院から退院するので、訪問診療や訪問看護を頼みたい。
- 自宅で看取りたいのですが、どうすれば良いですか？対応してくれる先生はいますか？
- 家族が介護に疲れてちょっと休みたい時、対応してくれる病院はありますか？(レスパイト入院)
- 緩和ケアを積極的に行っている先生はいますか？
- 医療処置(胃ろう、点滴、吸引、酸素など)を受けながら自宅で療養することはできますか？
などなど・・・

03-5744-1632(午前9～12時)

田園調布地区担当日は 毎週月曜日、木曜日



訪問診療可能な医療機関	住所	電話
あだちクリニック	大田区上池台1-11-6	03-3729-0336
おだやか診療所	大田区上池台5-10-7ベルフルール101	03-6451-7692
山王リハビリ・クリニック	大田区東雪谷3-4-2	03-5754-2672
しみず内科クリニック	大田区北嶺町37-29FLOW PLACE TOKYO2階	03-3728-8611
せせらぎクリニック多摩川	大田区田園調布1-33-3 田園ホームズ1階	03-5755-5207
旗の台ライフクリニック	大田区上池台1-12-5長原ビル5階	03-6451-7277

訪問診療とは、医師が皆さんの自宅などのお住まいを定期的に訪問して、診療を行うことをいいます。必要なときには専門的な医療機関の紹介をします。





配食サービス一覧



宅配クック1.2.3 大田店 TEL:03-3728-7210 FAX:03-6425-7944	◆配達時、いつもと違う様子等異変があれば緊急連絡先等へ連絡			
	メニュー	おかずのみ	ごはんセット	
	【普通食】	540円	594円	
	【カロリー塩分調整食】	777円	820円	
	【たんぱく塩分調整食】	777円	820円	
	【透析食】	777円	820円	
	【ムースセット食】	777円	820円	
	【消化にやさしい食】	777円	820円	
	【健康ボリューム食】	606円	660円	
	◇おかゆ、きざみ無料対応			
ニコニコキッチン 品川西・大田中央店 TEL:03-6426-9595	◆配達時、希望があれば安否確認対応(ショートメールで連絡等)※応相談			
	メニュー	おかずのみ	ごはんセット	
	【普通食】	756円	820円	
	【やわらか食】	756円	820円	
	【ムース食】	756円	820円	
	【たんぱく調整食】	756円	820円	
	【カロリー調整食】	756円	820円	
	◇アレルギー、きざみ、ミキサー、軟飯、おかゆ、とろみ等対応可能			
	◇一品総菜、カレー、うどん、そば、丼メニューあり			
	ニッコリ弁当 TEL:03-6410-8598	◆〈見守りレポート〉日々の状況を月に一度要望のあるご家族やケアマネジャーにメール等で報告		
◆利用者様の困り事にあつた1~2分のサービス無料提供				
メニュー		おかずのみ	ごはんセット	
【普通食:すこやかお弁当】		640円	690円	
【普通食:彩りお弁当】		690円	740円	
【やわらか食】		740円	790円	
【バランス食】		740円	790円	
◇きざみ、ごくきざみ+50円				
まごころ弁当 大田店 TEL(FAX) 03-3759-7761		◆安否確認サービスあり◆配達時のお手伝いサービスあり		
		メニュー	おかずのみ	ごはんセット
	【普通食:小町弁当】	410円(ごはんつき)	ご飯大盛り500円	
	【普通食】	510円	560円	
	【カロリー調整食】	772円	822円	
	【たんぱく調整食】	822円	874円	
	【ムース食】	648円	702円	
	◇きざみ、一口大対応可能◇おかゆ、やわらかごはん対応可能			
	ライフデリ 大田店 TEL:03-6410-2955 FAX:020-4665-1666	◆安否確認サービスあり(配達時、いつもと違う様子等異変があれば緊急連絡先等へ連絡)		
		メニュー	おかずのみ	ごはんセット
【普通食】		540円	594円	
【カロリー調整食】		720円	790円	
【透析食/腎臓食】		800円	870円	
【ムース食】		650円	700円	
【やわらか食】		750円	800円	
◇おかゆ無料、きざみ+60円				
ベネッセの おうちごはん(冷蔵) TEL:0120-586-112		◆手渡し配達、不在時は鍵付き保冷箱を利用		
		◆配達時、希望があれば安否確認対応※応相談		
	メニュー	おかずのみ	ごはんセット	
	【普通食:まいにち七菜】	590円	620円	
	【普通食:こだわり八菜】	720円		
【やわらか食】	960円			

宅配サービス



事業所名	連絡先	詳細
スーパー		
丸三ストア 東雪谷店	03-3728-0303 fax03-3727-1455	店舗でお買い上げ他、TEL、FAX注文でも宅配無料(会員限定)。
オオゼキ 雪が谷店	03-5754-6088	会員限定配達 税込3000円以上～ 送料300円(8000円以上無料)常温・冷蔵品のみ。 ※シルバーパス提示で無料
ライフ 上池台店	03-3727-3051	店舗でお買い上げの商品を1～5個口まで550円で宅配。
東急ストア 上池台店	03-5754-0109	店舗でお買い上げの商品を1件330円で宅配。
宅配		
生活協同組合 パルシステム東京 大田センター	0120-581-219	週1回決まった曜日にお届けするサービス。 まずは、ご連絡を。宅配料税込198円。
23区南生活クラブ 生活協同組合大田 センター	03-5748-0661	週1回決まった曜日にお届けするサービス。 まずは、ご連絡を。宅配料税込165円。 加入1年間は宅配料無料。
移動スーパー		
移動スーパー とくし丸	080-3730-1622	食料品や日用品を車に積んで自宅前に来てくれます。商品1点につき「+10円ルール」あり。
移動スーパー はじ丸大田市場店	080-5974-9300	大田市場直送の鮮魚、野菜を車に積んで自治会館や施設駐車場に週2回30分程度訪問します。
イトーヨーカドー 大森店とくし丸	03-5762-0111	イトーヨーカドーの生鮮食品、一般食品、日用品を週2回、同じ時間に自宅前にお届けします。商品1点につき「+10円ルール」あり。



ゆうゆうくらぶ・シニアステーション

<ゆうゆうくらぶとは>

◎60歳以上の方が、教養の向上・レクリエーションの場として、無料で利用できる施設です。

◎元気維持と介護予防を目的に各事業を行っています。

* 囲碁や将棋のできる静養室他、広間、マッサージチェア等を設備。



場所	住所	連絡先
ゆうゆうくらぶ洗足	上池台2-35-2 大田区立洗足区民センター内	03-3727-1461
	利用時間 9:00~17:00(年末年始はお休み)	
ゆうゆうくらぶ仲池上	仲池上1-10-14 仲池上老人いこいの家	03-3755-6445
	利用時間 9:00~17:00(日曜日・祝日・年末年始はお休み)	

<シニアステーションとは>

◎60歳以上の方が元気維持や介護予防を行う集いの場です。

◎地域包括支援センターと連携した介護や生活の各種相談を受け付けます。

* 体操や脳トレ等の様々な教室や講座を実施。







場所	住所	連絡先
シニアステーション 東嶺町	東嶺町20-4	03-3753-3008
	利用時間 9:00~17:00(日曜日・祝日・年末年始はお休み)	
シニアステーション 馬込	中馬込1-19-1-101	03-5709-8011
	利用時間 9:00~17:00(日曜日・祝日・年末年始はお休み)	


※新型コロナウイルス感染症の影響により、プログラムの開催時間や人数、申込方法等変更する場合がございます。利用の際は各施設にお問い合わせ下さい。来館される場合は、マスク着用などの感染症予防対策にご協力をお願いします。

暮らしの安心・情報ダイヤル



事業所名	連絡先	詳細
不用品回収 		
(株)ケアサービス クリーンサービス	03-5713-1653	家財整理・遺品整理・特殊清掃・ゴミ屋敷の掃除・物品、書類の搜索・魂抜き、供養、お焚き上げ・不用品下取り・家電ゴミ回収・粗大ゴミ回収・写真の整理・遺言書の作成・写真デジタル化サービス 無料でご自宅へご訪問しお困りごと相談の上、お見積りを提示致します。
便利屋！お助け本舗 大田蒲田店	0120-138-365 03-6424-8583	ゴミ屋敷のお片付け・遺品整理・お片付け作業・不用品引き取り・内装工事・家具や荷物の運搬移動・遺品整理・清掃・お掃除・お引越し お気軽にご相談下さい。
(株)ムーバル	0120-860-680	不用品回収(粗大ゴミ1個から家丸ごとまで全てお任せください。) 引っ越し・家具や荷物の運搬移動・リフォーム・ハウスクリーニングも承ってます。
見守りサービス(社会福祉協議会) 		
緊急通報システム	03-5703-8230	緊急ボタンを押すだけで、自動的に受信センターに通報され、パトロール員が駆けつけます(実施している業者を紹介します。) 月々2,500円～
ほほえみ訪問		登録制による無料の在宅訪問サービス 月に2回程度、玄関でお会いして安否確認を行います。
家電相談  DENKI		
フジTVサービス	03-3755-7308	電化製品の修理や買い替え・電気照明(電球)の交換・自然災害、コロナ対応商品・家電品「安全点検」 出張費1,500円～(税別)+実費 家電以外のお住まいのこともお気軽にご相談下さい。
有料老人ホーム相談 		
あいらいふ 入居相談室	0120-007-097	民間の有料老人ホームを無料で案内致します。訪問の相談も可能です。
高齢者のお住まい 探しのでいーむ	080-4640-8686	ご相談から施設見学の送迎まで全て無料です。お気軽にご相談ください。

暮らしの安心・情報ダイヤル

 事業所名	連絡先	詳細
消費者相談		
大田区立消費者生活センター	03-3736-0123	悪質リフォーム、悪徳商法、架空請求詐欺、振り込め詐欺などの消費者相談窓口
福祉法律相談(無料・予約制)		
おおた成年後見センター (大田区社会福祉協議会)	03-3736-2022	①弁護士による日常生活上の法律相談 →毎週火曜日(第5火曜を除く)
		②司法書士による成年後見制度に関する相談 →第1・2・4木曜日
		③公証人による公証証書を活用した委任契約 遺言相続等に関する相談 →第3木曜日
シルバーパス		
①社団法人東京バス協会 シルバーパス専用電話 ②東急バス 池上営業所	①問い合わせ 03-5308-6950 ②購入場所 03-3752-2381	満70歳以上の都民の方はお申込みにより都内民営バス、都営交通などが利用できる東京都シルバーパスを購入できます。 対象者によって必要書類がありますのでお申込みの際は①問い合わせ先へ
就労相談		
大田いきいきしごとステーション (大田区社会福祉協議会)	03-5713-3600	概ね55歳以上の方を対象に就労や技能習得・社会参加などに関する相談、紹介、支援を行っています。
自動録音機の無料貸し出し		
大田区役所防災危機管理課 生活安全担当	03-5744-1634	数に限りがある為、要事前相談



暮らしの安心・情報ダイヤル

緊急時	事件・事項の急報(警察)	110
	火災・救助・救急車(消防)	119
	救急相談センター (救急車を呼んだ方がいいか迷った時)	#7119
	コロナ相談窓口 (症状がある方 感染が疑われる方)	大田区相談センター 03-5744-1360 /受付時間 平日9時~17時 都電話相談センター 03-5320-4592 /平日17時~翌9時 土・日・祝は終日
休日診療	田園調布医師会診療所	03-3728-6671
認知症相談	荏原病院 認知症患者医療センター	03-5734-7028
	大田区若年性認知症 支援相談窓口	03-6459-8591
区役所関連	大田区役所	03-5744-1111
	調布地域庁舎 地域福祉課 高齢者地域支援担当	03-3726-6031
	雪谷特別出張所	03-3729-5117
税金関連	雪谷税務署	03-3726-4521
ライフライン関連	東京電力東京カスタマーセンター 停電・料金の問い合わせ	0120-995-002
	ガス漏れ通報(24時間対応)	0570-002299
	水道の異常(大田営業所)	03-5767-6451
ごみ関連	調布清掃事務所(ゴミ分別)	03-3721-7216
	大田区粗大ごみ受付センター	03-5465-5300



事業種別	連絡先(電話番号)・所在地(町名・番地)	詳細
消費者相談	(03) 3748-6138	(相談) 車事故・倒産・火災
大田区立消費者生活センター	03-3748-6138	大田区立消費者生活センター、大田区立消費者生活センター雪谷出張所
福祉法律相談(無料)	03-3748-6138	福祉法律相談(無料) 大田区立消費者生活センター
おおた成年夜覧センター (大田区助産福祉協議会)	03-3748-2022	おおた成年夜覧センター、おおた成年夜覧センター雪谷出張所
シルバーバス	03-3748-6031	シルバーバス、シルバーバス雪谷出張所

【編集・発行】令和3年4月1日 現在

大田区地域包括支援センター上池台

住所：大田区上池台5-7-1 特別養護老人ホーム好日苑内

電話：03-3748-6138

「大田区地域包括支援センター」は、地域の高齢者やその家族の方からの介護・福祉に関する相談を受ける、総合相談窓口です。

大田区が区内22か所に設置しており、担当地域にお住まいの方からのご相談をお受けします。お気軽にご相談ください。

開設場所：区内22か所

窓口受付時間：月曜日～金曜日 午前9時～午後7時

土曜日 午前9時～午後5時

日曜・祝日、12月29日～1月3日はお休みです。

雪谷特別出張所管内の担当は

「大田区地域包括支援センター上池台」です。

