

15. 生活便利帳

【出前可能な店】

※詳細については事業所へご確認ください。(注文状況により配達希望時間より遅れる場合があります)

	事業所名称		主な料理料金等	対応時間 (目安)	休業日	対応エリア
	住所	電話番号				
1	あずま寿司		寿司	12:20~14:00 17:00~20:00	月・火	森岳 (他地区応相談)
	北門町 1567-3	63-6382				
2	寿司金		寿司	11:00~13:00 16:00~21:30	火	白山・霊丘 ・森岳
	西八幡町 8502	63-6023				
3	浪花寿し		寿司※要予約	10:00~20:00	不定休	島原市内
	中堀町32	62-3330				
4	普明庵(松本仏壇店)		弁当・ミニ懐石・鍋等 (料理は希望に応じて可 700円程度~)夕食のみ 対応 ※前日までに要予約	8:00~18:00	不定休	島原市内
	山寺町丙 443-1(本社)	0120- 62-6000				
5	中華園		中華・丼物・麺類等 600円程度	10:00~20:00	月	白山
	白土桃山二丁目 1159-4	62-4536				
6	和が家		丼物・飯物・麺類等・ ランチ定食800円 ①マーボー豆腐②酢豚 ③テリヤキ定食	11:00~14:00 16:00~19:00	火・水	白山・霊丘 (3人前~)
	西八幡町 8393-2	64-0003				

【弁当配達①】

※詳細については事業所へご確認ください。

	事業所名称		対応可能な曜日							料金・その他	
	住所	電話番号		月	火	水	木	金	土		日
1	島原給食センター		昼食	○	○	○	○	○			昼食430円 (おかずのみ320円) 夕食500円 ※電話はお早目に 昼食は当日10:30まで 夕食は前日9:00~13:00 まで
	栄町8697	63-2128	夕食	○	○	○	○	○			
	対応エリア/白山・森岳		定休日：土・日・祝日								
2	遊食喫茶 水月(みづき)		昼食	○	○	○	○	○	○		日替弁当500円
	新湊二丁目2089	63-6788	夕食								
	対応エリア/旧島原市内		不定休								
3	ワタミ(株)ワタミの宅食		昼食								2種類のお弁当・3種類のお惣菜・やわらか食・冷凍惣菜 曜日を選べるコース(週1日1食から)日替わりコース 5日間(月~金) 7日間(月~日) コース 1食あたり590円~790円 ※前週水曜までに翌週のご注文を受付、昼食は応相談
	前浜町2-1	0120-191-950	夕食	○	○	○	○	○	○	○	
	対応エリア/島原市内		定休日：12/31~1/3								
4	宅配クック123(ワン・ツウ・スリー)島原・雲仙店		昼食	○	○	○	○	○	○	○	弁当の種類 普通食、やわらか食、カロリー食・塩分調整食、たんぱく・塩分調整食、健康ボリューム食、スマイルケア食、ご飯つき、おかずのみ 1食からでもOK。 ご飯つき648円~おかずのみ577円~
	有明町大三東 戊1217-1	68-3537	夕食	○	○	○	○	○	○	○	
	対応エリア/島原市内全域		定休日：1/1~1/3								

【弁当配達②】

※詳細については事業所へご確認ください。

	事業所名称		対応可能な曜日							料金・その他	
	住所	電話番号	月	火	水	木	金	土	日		
5	ララコープのお弁当宅配			月	火	水	木	金	土	日	週3回以上でお届けいたします。 1食あたり620円～2食で80円、3食で150円割引 お弁当コース・おかずコース等選べます。 週3回以上利用の場合は夕方5時までに保冷箱で配達。 事前に手続き等説明あり。
			昼食								
	秩父が浦町 丁2669-1	0120- 928-416	夕食	○	○	○	○	○			
対応エリア/島原市内、有明一部		祝日対応									
6	福ッ来楽弁当			月	火	水	木	金	土	日	普通500円・小盛430円 対応時間： 平日 10:00～13:00 土・日・祝日 10:00～13:00 ※10個以上は事前予約を お願いします。 配達の場合は10時までに ご連絡をお願いします。
			昼食	○	○	○	○	○	○	○	
	有明町湯江丙 1936-2	61-0713	夕食								
対応エリア/島原市内 (他地区応相談)		月曜日隔週休あり									
7	えがおのタネ			月	火	水	木	金	土	日	カラダのことを考えて、 素材にこだわり全部手作りの お弁当です。 弁当：600円「ごはん」を「鶏 ごぼうごはん」に。メインの おかずを「お魚料理に」など ご要望承ります。体に気をつ けている人向け、お年寄 り向けなどもOK。ご予算 に応じておつくりします。
			昼食	○	○	○	○	○	○		
	本光寺町 3323-1	090- 3415-2665	夕食	○	○	○	○	○	○	○	
対応エリア/島原市内											

【食料品・日用品他配達①】

※詳細については事業所へご確認ください。

	事業所名称		営業時間	休業日	対応エリア
	住所	電話番号			
1	中山酒店		8:00~21:00	不定休	浦ノ川周辺
	浦ノ川1907-1	62-2855	酒類の配達 日曜祝日も対応可		
2	古川青果店		9:00~17:00	日・祝日	島原市内
	西八幡町8426-2	62-6188	野菜・果物・その他食料品の配達・お供えかご・果物の盛り合わせ配達。配達は1,000円以上から可 ※配達料：無料(午後からの配達) 個人宅は12:00~14:00まで お店や事業所への配達は午前中注文で、配達時間は応相談。		
3	小原商店 有明店		8:30~19:30	火 (8月・12月除く)	島原市内
	有明町大三東戊633-1	68-1313	米・ギフト・酒などの配達 定期的な注文も可 ※配達料：300円		
4	フードショップまき		8:00~19:00	日	杉谷・森岳
	原町520-2	62-4398	食料品・日用品などの配達 配達は1,000円以上から可		
5	まる林醤油本店		8:30~17:30	土・日・祝日	島原市内
	北門町1309-1	62-3278	みそ・しょうゆ・酢などの配達 品物1個からでも可		
6	よしむら灯油センター		9:00~19:00	1/1~1/3 日	島原市内~深江
	大下町丙609-1	62-5228	灯油の配達		
7	生活協同組合ララコープ 島原支所		9:00~18:00	土・日	島原半島全域
	秩父が浦丁2669-1	0120-928-416	食料品・日用品などの商品カタログで注文した商品を毎週決まった曜日時間に配達。 ※配達料：個人宅とグループでの共同購入の場合は無料 ※個人宅配送料金上限630円(税抜き) ※支払い方法：口座振替(月末締め翌月13日引落)・クレジット		
8	補聴器メガネのナンコウ			不定休	島原半島全域
	北門町1276-1	64-3050	補聴器・メガネの販売 補聴器電池1個でも配達可。 他店購入の補聴器も可 ※障害者福祉対象 http://eyecom2013.wix.com.nankou3.jp		
9	吉田荒物店		8:00~18:00	1/1~1/3	白山・霊丘・森岳
	蛭子町一丁目7471	62-2439	食材・日用品・生花等の配達 ※配達料：無料		

【食料品・日用品他配達②】

※詳細については事業所へご確認ください。

	事業所名称		営業時間	休業日	対応エリア
	住所	電話番号	配達内容・その他		
11	ミネ化粧品店		10:00~19:00	1/1・1/2 第1日曜日	島原半島全域
	中堀町159	62-4321	化粧品・エシカル雑貨などの配達 ※配達料：無料(3,300円以上)		
12	重松花屋		9:30~19:00	1/1~1/3 第1日曜日	森岳・霊丘・白山
	中堀町155	62-3313	花の配達 ※配達は3,300円以上から可		
13	肉のもりうち		8:00~18:00	日	旧島原市内
	中堀町151-2	62-5037	精肉の配達		
14	白山はきもの		9:30~17:30	1/1 不定休	旧島原市内
	中堀町15	62-2714	足からの健康を考えるお店 履物・シューズ・他		
15	(株)ミッキーシューズ		10:00~18:00	水	島原市内
	湊町47	62-4561	くつ・スリッパ・履物の配達		
16	北尾茶舗		10:00~17:00	日・祝日	旧島原市内
	中堀町157-3	62-4463	お茶・健康茶。事前に連絡ください。		
17	鳥居鮮魚店		9:00~18:00	日	森岳・霊丘・白山・杉谷の一部
	宮の町642-4	62-4424	刺身・焼き魚・煮魚の配達		
18	(資)中央薬品 ウィルビー店		(月~金) 9:00~20:00 (土・日) 9:00~19:00 年中無休		島原市内
	湊町66	63-6389	配達料：無料(3,000円以上) 配達先：個人宅・老人施設 配達日：火曜日・金曜日の11時と15時 生活日用品・化粧品・お菓子・お薬・その他		
19	(資)中央薬品 有明店		(月~金) 9:30~20:00 (土・日) 9:30~19:00 年中無休		島原市内
	有明町大三東戊 699-1	68-0235	配達料：無料(3,000円以上) 配達先：個人宅・老人施設 配達日：火曜日・金曜日の11時と15時 生活日用品・化粧品・お菓子・お薬・その他		
20	(資)中央薬品 本店		(月~金) 9:30~20:00 (土・日) 9:30~19:00 年中無休		島原市内
	中堀町64	62-3588	配達料：無料(3,000円以上) 配達先：個人宅・老人施設 配達日：火曜日・金曜日の11時と15時 生活日用品・化粧品・お菓子・お薬・その他		
21	あいじょう 愛 ² 農園		(火~日) 11:00~15:00		南島原市・島原市
	南島原市布津町丙 1110-3	090- 9072- 0572	朝採りの新鮮な野菜を当日配達します。 日によって種類が変わるのでほしい野菜は連絡ください。配達は無料です。		

【家事支援サービス①】

※詳細については事業所へご確認ください。

	事業所名称		営業時間	休業日	対応エリア
	住所	電話番号	サービス内容・その他		
1	荒木工業(便利業)		いつでも可	なし	島原半島全域
	新山四丁目9089-9 (事務所)	62-6988	短い時間や簡単な仕事でも可・不用品も回収します。 ※仕事は基本的に何でも受けます。 ※見積りします。		
2	島原市シルバー人材センター		8:15~17:00	土・日・祝日	島原市内
	坂上町7526	63-7222	家事援助サービス(屋内清掃・屋内整理・家事全般) 屋外の軽作業(剪定作業・除草作業・清掃作業他)など ※料金は内容により異なります。		
3	なんでも本舗 しまばら屋		8:00~17:00	なし	島原半島全域
	新町一丁目227	65-1115	1時間3,000円程度(仕事内容により変更あり・応相談) ※仕事は基本的に何でも受けます。 ※時間外受付可		
4	社会福祉法人 グリーンコープ ふくしサービスセンターひばり		8:30~17:30	土・日・祝日	島原市内(旧有明町 除く)南島原市内
	南島原市西有家町 須川3203-10	82-6116	【生活支援】 介護保険利用可。 支援時間：月～金8:30~17:30 (土日祝日は希望があれば対応可) ※料金1時間：2,530円(利用は基本1時間より) ※時間外・土日祝日は1時間：3,036円 ※別途交通費：400円		
5	就労支援センター 一輪花くにも		10:00~15:00	土・日・祝日	雲仙市・島原市
	雲仙市国見町 多比良乙413-3	73-6300	除草作業・墓清掃 ※料金は内容により異なります		
6	株式会社 松本仏壇店		8:30~16:00 (対応可能時間)	不定休	島原市内
	山寺町丙443-1	62-5050	遺品整理・墓参り代行(墓地清掃、花かえ、墓参り)		
7	長崎遺品整理・特殊清掃センター		9:00~18:00 (電話はいつでも対応可)	なし	長崎県内 (離島除く)
	長崎市柿泊町792	095- 841-1889	遺品整理・空家整理・生前整理・特殊清掃 ・ゴミ屋敷清掃・床のリフォーム等		
8	有限会社 サトーコーポレーション		8:00~16:30	日・祝日・ 盆・年末年始	島原市内
	霊南二丁目66	62-2070	お部屋の掃除、家具移動、エアコンのお掃除、電球交換、網戸張替え、お部屋の片づけ、不用品回収、生前整理、遺品整理、家電製品回収、お墓のお掃除、お墓参り代行、お花のお水やり代行、蛇口の水漏れ・交換、台所のつまり、トイレの水漏れ・つまり・交換		

【家事支援サービス②】

※詳細については事業所へご確認ください。

	事業所名称		営業時間	休業日	対応エリア
	住所	電話番号	サービス内容・その他		
9	おつかい合同会社		8:00~17:00	日	島原半島全域
	雲仙市小浜町 南本町108 2F	61-1780	買い物代行（要相談）、家事代行、ゴミ分別 不用品処分、お掃除、外仕事（草刈り等） その他（お墓のお掃除、ペットのお世話、購入品キャンセル、契約キャンセル、定期訪問、話相手、訪問販売お断り代行、業者見積査定等）		
10	生活応援隊 幸麟		9:30~17:30	日	島原半島全域
	秩父が浦町丁3539-6	62-6506	家の掃除、庭の草むしり、お話相手、家事代行（食事の準備等）、水回りのお掃除（台所、浴室、洗面）、お買い物の付き添い、おつかい、リフォーム全般など		
11	家事支援サービス えがおのタネ		8:00~20:00	なし	島原市内
	本光寺町3323-1	090-3415-2665	買い物、料理、掃除、ゴミ出し、通院付き添い、ベビーシッター ※料金については要相談		
12	合同会社 レクトス		9:00~18:00	なし	島原半島全域
	江里町乙2203	73-9275	故人様宅のお形見品の整理、ご身の整理、お部屋（お引越し前等）・ごみ屋敷のおかたづけ、エアコン・キッチン・お風呂等のハウスクリーニング、家事代行、草刈り、不用品の撤去		
13	島原Gエナジー 買物代行「楽々くん」		9:00~16:00	土・日・祝日 お盆・年末年始	森岳・霊丘・ 白山地区
	高島二丁目7192	63-1313	午前11時までにお電話で即日配達。1回1店舗1,100円（税込）2店舗の場合は600円（税込）の追加料金にて対応可能。1回あたり重さ30kgまで		
14	(有) ソーゴ医薬品 ソーゴヘルスケア		9:00~18:00	日・祝日	県内全域
	雲仙市千々石町 戊1067	0957-37-3509 担当：080-5267-2265	〈生活支援〉屋内・屋外の清掃 〈外出支援〉買物・通院・趣味活動の同行 〈その他支援〉買物代行。その他要相談 ※30分：1,980円 生活圏内であれば送迎可。 ご自宅、施設に伺い理学療法士によるリハビリを行います。整体、マッサージ、動作・運動指導、機能訓練 ※初回無料		

【家電配達】

※電球・電灯・家電の配達、修理等行ったださるでんき屋さん情報です。品物の値段・修理代・配達料・取替料など店舗やエリアによって違いますのでお店に確認してください。

	事業所名称		対応可能時間	休業日	対応エリア
	住所	電話番号			
1	イケダ電機		いつでも対応可	日 (緊急時は対応可)	応相談
	城見町4887-3	64-2332			
2	有限会社 筑後屋		9:00~18:00	日	島原市内
	西八幡町8503-1	62-2268			
3	エディオン吉田電器		9:00~19:00	日	島原市内
	宇土町乙836-1	64-6641			
4	でんき屋きたもと(株)		9:00~19:00	日	有明
	有明町湯江甲212-3	68-0562			
5	ムラサト電器		9:00~20:00	日	島原市内
	栄町8641	63-4608			
6	マツザキデンキ		9:00~19:00	日・祝日	島原市内 ・深江・布津 ・有家・国見
	北安徳町3114-2	62-2716			
7	株式会社 水本電器		9:00~17:00	日	白山・霊丘 ・森岳
	中堀町156-4	64-0056			
8	モリタデンキ		9:00~19:00	日	島原市内
	桜門町1712-7	64-2476			
9	遊電館		8:00~19:00	日・祝日	島原市内
	宇土町693-7	63-2789			

【見守り支援サービス】

※詳細については事業所へご確認ください。

	事業所名称		営業時間	休業日	対応エリア
	住所	電話番号			
1	セコム株式会社 島原営業所		24時間	なし	全国
	中町848 大手ビル2F	63-6551			
2	ALSOK 長崎株式会社島原営業所		24時間	なし	県内全域
	湊町20-45 大平ビル2F	63-2350			

【集配可能なクリーニング店】

※ 自宅へ集配を行うクリーニング店の情報です。詳細についてはお店へご確認ください。

	事業所名称		営業時間	休業日	対応エリア
	住所	電話番号			
1	泉クリーニング店		8:00~21:00	日 (電話と持込は可)	安徳~三会
	宮の町717-6	62-2375			
2	お多福クリーニング店(本店)		9:00~18:00	日・木	島原市内
	八幡町7612	62-4125 ※0120-01-4125			
3	サン和クリーニング		10:00~	水・日・祝	島原・深江
	新湊二丁目丙1735	62-3632			
4	すぎながクリーニング店		8:30~19:30	日	島原市内
	中尾町丙585-3	62-2565			
5	ホワイト急便新町店		9:00~18:00	日・祝日	旧島原市内
	新町二丁目288	62-2824			
6	(株)大和屋 (本社・工場)		9:00~19:00	日	島原市・南島原市 (深江~西有家) 雲仙市 (国見~愛野)
	萩原一丁目5930-2	63-3355 ※0120-80-1085			
7	(株)大和屋 エブリハート一番街店		10:00~18:00	木・日	
	新町一丁目214	63-8010 ※集配の連絡は 本社7-ダイヤルへ			
8	(株)大和屋 エブリハートエレナ栄町店内		10:00~19:00 (日曜 10:00~18:00)		
	栄町8334	63-8050 ※集配の連絡は 本社7-ダイヤルへ			
9	(株)大和屋 エブリハート キッチンハウスみつい北門店内		10:00~19:00 (日曜 10:00~18:00)		
	柏野町1649-1	63-8020 ※集配の連絡は 本社7-ダイヤルへ			

【送迎可能な理容店】

※詳細については事業所へご連絡ください。

	事業所名称	住 所	電話番号	営業時間	送迎範囲
1	ホンダ理容	元船津町733	63-0054	9:00~19:00	旧島原市内
2	ロビン理容院	元船津町689	62-6508	9:00~20:00	要相談・予約制
3	髪イング 理容室	柏野町2774-17	64-3439	8:00~19:00	島原市内
4	髪工房 アフロ	片町617	63-6070	9:00~19:00	島原市内
5	有吉 BARBER	今川町1307-1	62-6483	8:00~18:00	
6	かわい理容	城見町4232-1	62-2394	9:00~19:00	旧島原市内
7	hair salon S	下折橋町3832-1	64-3517	9:00~20:00	旧島原市内
8	荒木理美容院	下宮町甲2486	63-2819	8:00~20:00	島原市内
9	理容 ツルタ	洗切町丙1444-2	63-2815	8:30~19:00	要相談
10	カトルーム おかむら	有明町大三東戊129-1	68-1070	8:30~17:00	有明町内
11	理容 いたう	有明町大三東戊496-1	68-2847	9:00~20:00	大三東のみ

【送迎可能な美容院】

※詳細については事業所へご連絡ください。

	事業所名称	住 所	電話番号	営業時間	送迎範囲
1	ぱーまや いわなが	新湊二丁目丙1987-1	64-3278	9:00~18:00	島原市内・深江
2	テルミ美容室	弁天町一丁目74-1	0120-62-4018	9:00~19:00	旧島原市内
3	Shinbi for hair	柏野町2774-6	64-8145	9:30~16:00	月~金14時まで
4	ビューティサロン清美	下折橋町3848-2	63-5113	9:00~18:00	要相談
5	荒木美容院	下宮町甲2486-1	63-2819	8:00~19:00	島原市内
6	カトルームおかむら	有明町大三東戊129-1	68-1070	8:30~17:00	有明町内
7	HAIR WORLD: A Z	有明町大三東丙612-2	68-2098	9:30~18:30	有明町内
8	さとみ美容室	有明町湯江丁675	68-1698	9:00~12:00	有明町内
9	アフロ ガール	片町617	63-6070	9:00~19:00	島原市内

【出張・訪問美容サービス】

※詳細については事業所へご確認ください。

	事業所名称	住所	電話番号	営業時間	対応エリア
1	出張・訪問美容サービス ~うるる~	新町一丁目217番地	61-1708	9:00~17:00	島原市 南島原市
	カット3,000円カラー・パーマ・トリートメントなど+3,500円～。 移動式シャンプー台を持ち込みます。 訪問先で準備が必要な事：たたみ2畳ほどのスペース・必要な量のお湯・使用したお湯の排水・駐車スペース 島原市の「訪問理美容サービス」取り扱いあり。 詳しくはご相談下さい。*不定休				
2	有吉 BARBER	今川町1307-1	62-6483	9:00~15:00 (要相談)	島原市内
	カット 顔そり ブロー 初めての方は椅子に座れるかなど、様子を見させていただきます。 詳しくは御相談下さい。料金4,000円*不定休				
3	碧虹(あおにじ) (耳が聞こえない理容師)	諫早市栄田町404-6	(tel) 050-3605-9789 (fax) 0957-25-2750 (LINE ID) @714fhylr	9:00~18:00	長崎県内
	訪問カット 高齢者、要支援、要介護、障害者、病気、ケガなど何らかの理由で理美容室に行くことが困難の方に訪問し、一人一人に合わせてヘアスタイルを提供します。 単メニュー：カット1,500円、ドライシャンプー1,000円、シャンプー1,500円、顔剃り1,500円、カラー4,500円、パーマ4,500円 単メニューより組み合わせも可能です。出張料は市内900円。*不定休 相談はTELへ。予約はLINE IDまたはFAXへ。詳細は島原市地域包括支援センターへ。				

【出張可能な整体院/鍼灸院】

※詳細については事業所へご確認ください。

	事業所名称	住所	電話番号	営業時間	対応エリア
1	飛鳥鍼灸院	湖南町6956-2	64-0377 (fax64-6377)	9:00~21:00	白山～ 杉谷地区
	*休業日：木曜日・第2水曜日 按摩・マッサージ・指圧・はり・灸 後期高齢者鍼灸助成、島原市あん摩・鍼灸助成等 faxでの予約可				
2	こころしまばら 鍼灸院	南崩山町丁2493-1	62-7642 (fax 71-3065)	9:00~18:00	島原市内
	*休業日：土・日・祝日 ご自宅・施設に伺い、鍼・灸・あん摩マッサージの治療を行います。				

【タクシー（島原市内）】

※詳細については事業所へご確認ください。

	事業所名称		営業時間	その他サービス
	住所	電話番号		
1	有限会社有明タクシー		8:00～23:00 迄	<ul style="list-style-type: none"> ・免許返納割引 ・遠距離割引 ・身体障がい者割引 ・タクシー券利用：可
	有明町大三東戊1464-5	68-1166		
配車可能地域：島原市内				
2	小嵐タクシー有限会社		24時間	<ul style="list-style-type: none"> ・免許返納割引 ・遠距離割引 ・身体障がい者割引 ・知的障がい者割引 ・精神障がい者割引 ・タクシー券利用：可
	下川尻町39-2	62-3177		
配車可能地域：島原半島全域				
3	長崎第一交通株式会社島原営業所		24時間 365日	<ul style="list-style-type: none"> ・免許返納割引(1割引) ・身体障がい者割引(1割引) ・知的障がい者割引(1割引) ・精神障がい者割引(1割引) ・救援事業サービス(ママサポート、認知症サポート、買い物代行等) ・タクシークーポンサービス ・タクシー券利用：可 ・福祉車両1台有
	下川尻町18	62-2261 フリーダイヤル 0120-22-6162		
配車可能地域：島原市内及び乗降が営業エリアなら可能				
4	平成観光島原営業所		24時間	<ul style="list-style-type: none"> ・免許返納割引(1割引) ・身体障がい者割引(1割引) ・知的障がい者割引(1割引) ・精神障がい者割引(1割引) ・タクシー券利用：可
	白山町52	62-2000		
配車可能地域：島原市内				

【移動支援サービス】

※詳細については事業所へご確認ください。

	事業所名称	内容
1	島原市コミュニティバス たしろ号	<p>市内の移動を低価格でサポートします。ご利用には事前予約が必要です。</p> <p>【運賃】1回の乗車につき200円（乗継は400円）</p> <p>【運行時間】7:00～18:00</p> <p>【予約受付】ご利用の1週間前～30分前まで</p> <div style="background-color: #0070c0; color: white; padding: 10px; text-align: center;"> <p>ご予約は おはよう</p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold;">☎ 0957-62-0840</p> <p>たしろ号ホームページアドレス </p> <p>https://www.city.shimabara.lg.jp/page17694.html</p> </div>