

# 加 東 市



ちょっとした困りごと

お助け帳

「お弁当を届けてほしい…」「掃除を手伝ってほしい…」などでお困りの方へ、ご自宅へ直接出向いてくれるお店の情報がつまった『お助け帳』です。



加東市マスコット  
加東伝の助

加東市地域包括支援センター  
加東市生活支援体制整備事業

## はじめに

日常の買い物に出かけにくい方々が、いつまでも自宅で安心した生活を送ることができるよう、暮らしに役立つ市内の情報を掲載した「ちょっとした困りごとお助け帳」を発行いたしました。

このお助け帳は、加東市生活支援体制整備事業の一環で、生活支援コーディネーターが独自に調査したものや、加東市商工会のご協力を頂き作成しました。

主に、お弁当、食料品、日用品、電化製品などをお届けする事業所を掲載しています。詳しくは、各事業所にお尋ねください。

今後も掲載情報については定期的に更新していきたいと考えておりますので、ぜひご活用ください。

令和8年2月  
加東市 高齢介護課

### ★ご利用いただく上での注意点★

掲載されている内容は、令和8年1月末現在の情報です。内容については、変更される場合がありますので、詳しくは直接事業所へお問い合わせください。ご連絡の際は、電話番号などくれぐれもお間違いのないよう、ご注意ください。

ご利用の際は、十分に事業所に確認していただきますようお願いいたします。

また、ご利用に関してのトラブル等には、市は一切の責任を負いかねますのでご了承ください。

## 目次

- 弁当** . . . . . **3～5ページ**
- 食料品・日用品** . . . . . **5～7ページ**
- 電化製品・灯油など** . . . . . **7～10ページ**
- 健康食品** . . . . . **10ページ**
- 理美容・化粧品** . . . . . **10～12ページ**
- 花** . . . . . **12ページ**
- 墓** . . . . . **12～13ページ**
- その他** . . . . . **13～17ページ**

# 弁 当

## ダイニング花崙久 加東市上滝野 2099

電話:0795-48-0088 FAX:0795-48-0088

宅配地域:加東市全域

宅配できる商品:幕ノ内弁当、オードブル料理

営業時間:11:30~14:00 17:30~22:00

定休日:火曜日もしくは水曜日

その他:2,000円以上の注文、前日までの予約をお願いします。



## 酒道場 加東市上滝野 587-8

電話:0795-48-2116 FAX:0795-48-3315

宅配地域:加東市全域

宅配できる商品:お弁当

営業時間:11:30~21:30

定休日:月曜日

その他:・前日までにご予約ください。

・5食以上の注文をお願いします。(要相談)



## 料理 末永 加東市杜 735-1

電話:0795-42-0202 FAX:0795-27-7017

宅配地域:加東市全域(加東市内配達料無料)

宅配できる商品:お弁当、幕の内、鰻重、おせち、日替り弁当など

営業時間:10:00~19:00

定休日:不定休

その他:・前日までにご注文ください。

・1回の注文につき、5,000円(税別)以上をお願いします。

・お料理のことなら何なりとお気軽にお尋ねくださいませ。

随時検討いたします。



## 浪花割烹 吉粹 加東市下滝野 2-101

電話:0795-48-1646 FAX:0795-48-1646

宅配地域：滝野地域（他地域については要相談）

宅配できる商品：お弁当、おかずのみのお弁当（ごはんなし）

営業時間：11：30～14：00 17：00～22：00

定休日：火曜日

その他：営業時間以外の空き時間のみ配達可能

## 「ワタミの宅食」兵庫加東営業所 加東市喜田 1-3-21

電話:0120-321-510(受付センター)

宅配地域：社地域・滝野地域

宅配できる商品：冷蔵のお弁当（おかずのみ、ごはん付き）、その他に冷凍惣菜・  
常温商品の取り扱い有。

営業時間：10：00～17：00

定休日：日曜日、12月31日～1月4日

その他：・おかずのみ 1食 450円～

・ごはん付き 1食 470円～



## 宅配クック123 西脇店 西脇市高松町 510-1

電話:0795-22-6888 FAX:0795-22-4888

宅配地域：加東市全域

宅配できる商品：お弁当、生活用品

営業時間：8：00～17：00

定休日：1/1～1/3

その他：お弁当は1日2回（1食でも可能）、

配達員より手渡しいたします。

前日17時までの注文で翌日の昼食からお届けできます。

普通食 おかずのみ 577円

普通食 ごはんセット 685円



**けんたくん 西脇店 多可町八千代区中野間 918-2**

**電話:0795-20-3236**

宅配地域：加東市全域

宅配できる商品：冷凍弁当、冷凍ライス

価格 500~840 円（税別）ライス 200g 110 円（税込）

営業時間：9：00~18：00

定休日：日曜日

その他：毎週火曜日の午後に1週間分をまとめて配達します。

**まごころ弁当西脇店 西脇市西田町 181-1**

**電話:0795-24-1203 FAX:0795-24-1203**

宅配地域：加東市全域（要相談）

宅配できる商品・サービス：お弁当の配達・内服確認・安否確認等

営業時間：7：30~16：30

定休日：土・日曜日・年末年始

その他：配達料無料 受付時間 7：30~16：30



**食料品・日用品**

**マミーショップ天神 加東市天神 542**

**電話:0795-47-0014 FAX:0795-47-1717**

宅配地域：東条地域

宅配できる商品：牛乳、乳製品、清涼飲料水

営業時間：9：00~19：00

定休日：木曜日



## 藤本食料品店 加東市天神 567

電話:0795-47-0036 FAX:0795-47-0036

宅配地域:東条地域、社地域の一部

宅配できる商品:食料品、魚、果物、酒類

営業時間:7:00~19:00

定休日:毎月5日・15日・25日



## コープこうべ 協同購入センター三木

三木市別所町小林宿谷北 657-12

電話:0120-44-3100

携帯・IP電話からは0570-09-2100もしくは06-7636-2000

宅配地域:加東市全域

宅配できる商品:食料品、日用品等

(コープこうべの組合員になる必要があります)

配達日時:火~土曜日 9時ごろ~16時ごろ(詳細は要相談)

受付時間:くらしの情報センター 8:30~19:00

(日・月は8:30~18:00)

定休日:日曜日

配達料金:個配利用料 231円

組合員さま、または配偶者の方が65歳以上で単身あるいはご夫婦  
2人暮らしの方は114円

その他:安全・安心をモットーに48万軒以上の方にご利用いただいております。

毎週火曜日から土曜日のうち、いずれかの決まった曜日・時間にお届けします。



**金川菓子舗 加東市杜 1433**

**電話:0795-42-0126 FAX:0795-42-0335**

宅配地域：加東市全域

宅配できる商品：進物（お中元・お歳暮・お供等）3,000円以上

※金封、菓子類は配達できません。

営業時間：8:00~18:00

定休日：月曜日



## 電化製品・灯油など

**ばわーずトミタヤしろ(株)もいでんき 加東市松尾562-1**

**電話:0795-42-2323 FAX:0795-42-2324**

宅配地域：加東市全域

宅配できる商品・サービス：電化製品（電池・電球等含む）、電気工事（コンセント・スイッチ取替など）、水道修理（水もれ、蛇口交換など）

営業時間：9:00~18:00

定休日：日曜日・祝日



**やしろ電化 加東市杜1487-1**

**電話:0795-42-4819 FAX:0795-38-8098**

宅配地域：加東市全域

宅配できる商品・サービス：電化製品（電池・電球等含む）の宅配・配達・取替

営業時間：9:00~17:00

定休日：土・日曜日、祝日

その他：でんきとくらしの困りごと お気軽にご相談下さい。

でんきとくらしのサポート店

**(株)藤井デンキ 加東市社1738-56**

**電話:0795-42-2828 FAX:0795-42-5554**

宅配地域：加東市全域（要相談）

宅配できる商品・サービス：

スマホの困りごと相談。LINE（ライン）で通話したり写真を送りたい、天気予報や地図を調べたいなど、スマホの困りごとを解消するお手伝いをしています。お家の照明、スイッチ取替、台所・洗面台の水道修理なども可能です。

営業時間：店舗 9：00～17：00 スマホ相談 10：00～16：00

定休日：日曜、祝日

その他：スマホ相談：おひとり約1時間無料（訪問交通費 550 円税込）

**(株)藤原住設 加東市天神139-1**

**電話:0795-47-0248 FAX:0795-47-0094**

宅配地域：加東市全域

宅配できる商品：電化製品（電池・電球等含む）、燃料（石油）

営業時間：8：30～19：00

定休日：日曜日、第2・4土曜日



**(株)長浜住宅設備機器 加東市下久米599**

**電話:0795-44-0131 FAX:0795-44-0132**

宅配地域：加東市全域

宅配できる商品：燃料（灯油、軽油など）、酒類、お中元・お歳暮などのギフト、お供え物も先様までお届けします。（加東市内）

営業時間：平日 7：00～19：00 祝日 8：00～17：00

定休日：日曜日



**(株)小林石油店 加東市杜 1142-2**

**電話:0795-42-0025 FAX:0795-42-0544**

宅配地域：加東市全域

宅配できる商品：白灯油の配達

18ℓ×2缶から AM9：00～PM6：00 まで配達可能

営業時間：7：30～20：00 日曜・祝日8：30～19：30

定休日：お正月、不定休

**阿江正商店 加東市上滝野 418-1**

**電話:0795-48-2066 FAX:0795-48-2404**

宅配地域：加東市全域

宅配できる商品：灯油（ポリ容器1本から可）

営業時間：9：00～17：00

定休日：日曜日、祝日、お正月、お盆

その他：滝野地域以外はポリ容器3本からの配達となります。（相談可）

**(株)阿江石油店 加東市上滝野 798-3**

**電話:0795-48-3155 FAX:0795-48-5817**

宅配地域：加東市全域

宅配できる商品：灯油・軽油・A重油・オイル(自動車用・工業用)

営業時間：24時間

定休日：なし

その他：土・日・祝日・年初は配達を行っておりません。

配達可能時間は平日 8:30～17:30

**(株)シゲマツ 加東市菅我 314**

**電話:0795-48-4910 FAX:0795-48-4916**

宅配地域：滝野地域・社地域

宅配できる商品：燃料（石油）

営業時間：9：00～17：00

定休日：日曜日、祝日

## 健康食品

**キューまる加東店 加東市南山三丁目15-2**

**電話:0795-20-8243 FAX:0795-20-8244**

宅配地域：加東市全域

宅配できる商品：青汁、サプリ、化粧品、こだわり卵、天然水

営業時間：9：00～21：00

定休日：年中無休



## 理美容・化粧品

**エタニティココ**

**電話:090-2042-4095**

出張地域：加東市全域

出張できるサービス：凝りほぐし、不眠症など悩みに応じたマッサージ

足浴デトックス（ペースメーカーが入ってる方、金属が体に入っている方は不可）

営業時間：9：00～16：00 店舗は18時まで

定休日：日曜日

その他：50分 6000円 悩みに応じたマッサージ ※出張サービス込み

デトックス足浴 30分 4000円 ※出張サービス込み

足浴を利用される場合は、洗面所をお借りします。

**ふわり 加東市社 804-2 アーバンハイツ佐保**

**電話:080-3514-3757**

宅配地域：加東市全域

宅配できる商品・サービス：化粧品、フェイシャルマッサージ、ハンドケア

営業時間：9：00～18：00

定休日：不定休 主に日曜日・祝日



**イルズ ヘアー 加東市社490-28**

**電話:0795-43-8500 FAX:0795-43-8500**

出張地域：加東市全域

出張できるサービス：訪問カット

営業時間：9：00～19：00

定休日：月曜日・第2日曜日

その他：日本理美容福祉協会の認定美容師が施術させていただきます。



**K s ヘアデザイン 加東市下久米723-1**

**電話:0795-44-0203 FAX:0795-44-0203**

出張地域：加東市全域

出張できるサービス：訪問カット、当店までの送迎

介護、介助が必要な方また事情があってお家から出られない方へのカットをさせていただきます。ドライシャンプー付き。アロママッサージや、眉カット、ヘアセット、メイクなども可能です。ご相談ください。

営業時間：時間は電話でお聞きいたします。

定休日：土曜、日曜日

その他：日時はお電話にてお聞きいたします。また施術中は電話に出られない場合がありますが折り返し連絡させていただきます。

携帯：080-1422-2985 河村理沙

**訪問美容 toco toco(トコトコ)** 丹波篠山市今田町上小野原 566-9  
**電話:080-7042-1574 FAX:079-597-3848**

出張地域：加東市全域

出張できるサービス：訪問理美容サービス

営業時間：9：00～18：00

定休日：土日祝

## 花

**フラワーサロン夢のかたち** 加東市上滝野2068-2  
**電話:0795-48-4277 FAX:0795-48-4277**

宅配地域：加東市全域

宅配できる商品：仏花、墓花、切り花一式、花苗、花鉢、ギフト用お供え花

営業時間：10：00～18：00

定休日：月曜日



## 墓

**(有)森本直道石材店** 小野市住吉町 678-1(小野工場)  
加東市上中 3-90(杜工場)

**電話:0794-67-0134 FAX:0794-67-0194**

出張地域：加東市全域

出張できるサービス：お墓参り代行（草むしり、クリーニング、法事準備）

お墓のご相談無料

営業時間：8：30～18：00

定休日：日曜日



**(有)亀野石材店 加東市社 1369-4 (工場)加東市上中 3-34**  
**電話:0795-42-6171 FAX:0795-42-3553**

出張地域：加東市全域

出張できるサービス：お墓の維持管理や供養に関する相談  
お墓のそうじ、お墓のメンテナンス

営業時間：9：00～17：00

定休日：日曜日



## その他のサービス

**ツナガリ 加東市社 160-2**

**電話:0795-27-7222 FAX:050-3457-8519**

出張地域：加東市全域

出張できるサービス：食料品（お弁当、お惣菜など含む）、生活用品（生活必需品）、電化製品（電池、電球等含む）、衣類・衣料品、燃料（石油）の配達、パソコンの修理等その他の出張サービス、草刈り、墓掃除、空き家の片付け・掃除

営業時間：10：00～17：00

定休日：日曜日

その他：御用聞きツナガリサービス 10分 100円

※作業によっては人数が必要な場合があります。その場合、10分×100円×人数となります。専門家が必要な場合は、別途お見積りさせていただきます。

## **便利屋 PAL 加東市河高 358**

**電話:0795-20-3259**

出張地域：加東市全域

出張できるサービス：食料品・生活用品・電化製品・衣類の宅配・配達、草刈、木伐採、不要品整理の手伝い、雨樋の掃除、リフォーム

営業時間：9：00～18：00

定休日：不定休

その他：お困りごとは何でもお気軽にご相談ください。



## **NPO 法人北播磨生活応援団「どんぐりっこ」 加東市東古瀬 58**

**電話:0795-42-5986 携帯090-3167-9057**

出張地域：加東市内及び北播磨管内

出張できるサービス：

### **お家の困りごと相談センター**

生活不用品の片づけ・遺品整理作業・お家のクリーニング・お庭の草刈り作業及び剪定作業・農地・竹やぶ及び雑木林の整備作業・墓じまい作業・新しい遺骨供養・海洋散骨

### **北はりま「空き家・古民家」相談センター**

高齢者住居の管理、家屋の解体工事・空き家売却・名義変更等のアドバイス等

営業時間：何時でも可能

定休日：なし

## **NPO 法人 ふりかけ 加東市北野 28-7**

**電話:080-1440-6846**

出張地域：加東市全域

出張できるサービス：家事代行（炊事、掃除、庭掃除）、買物代行（お弁当、お水等）  
送迎支援（買物、通院、その他）、話し相手、散歩同行など

営業時間：9：00～17：00

定休日：原則なし

その他：ふりかけの活動は有償ボランティア活動です。

30分500円の活動支援費とサービス調整費200円をもらいます。

## **アフターライフサポート喜楽**

**電話:070-9147-4569**

出張地域：加東市全域

出張できるサービス：

病院受診の同行（希望があれば診察室まで同行）、買い物同行・代行、  
お墓参りや趣味の同行、離れている親御さんの安否確認、お庭の草取りなど  
※相談、見積もり無料

営業時間：9：00～18：00

定休日：不定休

その他：1時間3,000円～ 病院受診や買い物同行などの送迎は無料です。実際に病院や買い物、目的地での滞在時間の金額になります。但し、ガソリン代として、1km50円頂戴いたします。介護タクシーではないので、送迎のみはできません。ご自身で乗降できる方が対象です。お気軽にご相談ください。

## 藤川カンパニー 加東市高岡 115

電話:090-4900-7788 FAX:0795-48-5640

出張地域：加東市全域

出張できるサービス：

庭木の剪定・伐採、草刈り、家具等の組み立て・修理、ドアノブ等の交換、蛇口の交換、雨樋の補修・清掃、土間洗浄、蜂の巣（害獣）駆除、波板の交換、排水詰まり抜き、網戸の修理、配水管洗浄、その他おうちのことなら何でもご相談ください。

営業時間：9：00～18：00

定休日：不定休

その他：見積もり無料

保有資格：庭園管理士、介護福祉士、社会福祉主事任用資格、  
心理カウンセラー、フォークリフト等



## ふじ企画

電話:070-5260-3408 FAX:0795-42-3361

出張地域：加東市全域

出張できるサービス：ちょっとした家の中の修繕、段差解消、手すり付け、大工工事、草刈り作業、電球取り替え、空き家管理、建物点検、不用品の処分など

営業時間：9：00～17：00

定休日：不定休

その他：困ったら一度何なりと相談下さい。

## ナナゴーストア 加東市田中 429

電話:080-1468-8435

出張地域：加東市全域

出張できるサービス：不用品買取

営業時間：9：00～17：00

定休日：不定休



**(株)エルエルシーコンピューター 加東市下滝野 1277-69**

**電話:0795-38-7390 FAX:0795-38-7399**

出張地域：加東市全域

出張できるサービス：パソコンの設定・修理・廃棄パソコンの引き取り

営業時間：9：00～18：00

定休日：土曜日・日曜日・祝日



**(株)スカイトラスト 加東市上滝野 1341-1**

**電話:0795-21-0007 FAX:0795-21-0008**

出張地域：加東市全域

出張できるサービス：不動産の査定、処分、販売

営業時間：9：00～19：00

定休日：水曜日



**(株)オイコスジャパン 加東市杜 796-3**

**電話:0795-38-7021 FAX:0795-42-9730**

出張地域：加東市全域

出張できるサービス：建物全般に関する相談や修繕、建材に関する相談

営業時間：9：00～16：30

定休日：土・日・祝日

**(有)スローライフ 北はいま店 加東市新町 267-3**

**電話:0795-40-5668 FAX:0795-40-5664**

出張地域：加東市全域

出張できるサービス：不動産の利活用・処分の相談

営業時間：9：00～18：00

定休日：水曜日



発行

加東市 健康福祉部 高齢介護課  
地域包括支援センター  
〒673-1493 加東市社 50 番地  
電話 0795-43-0431  
令和8年2月