

6. 生活便利帳

【弁当配達①】

※詳細については事業所へご確認ください。

	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	(株)日進開発 あんしんハウス島原 あんしん弁当			月	火	水	木	金	土	日	昼食・夕食 600円 治療食(糖尿病や透析など)対応可
	城見町4950-1	65-0101	昼食	○	○	○	○	○	○	○	
			夕食	○	○	○	○	○	○	○	
	対応エリア/島原市内(有明は応相談)										
2	島原給食センター			月	火	水	木	金	土	日	昼食 430円(おかずのみ300円) 夕食 500円(おかずのみ500円) 夕食は魚・煮物中心 ※支払い方法は月締、週締など対応可
	栄町8697	63-2128	昼食	○	○	○	○	○			
			夕食	○	○	○	○	○			
	対応エリア/安中・白山・森岳		定休日: 祝日お休み								
3	杉永ストアー			月	火	水	木	金	土	日	弁当により料金異なる 予算に合わせて作る 食材や日用品の配達も可 ただし、広告品は定価での販売 ※前日までに連絡あれば時間指定(可) 当日は時間指定(不可)
	下折橋3848-1	64-2741	昼食	○	○	○	○	○	○	○	
			夕食	○	○	○	○	○	○	○	
	対応エリア/島原市内(詳しくは応相談)										
4	はなまる			月	火	水	木	金	土	日	日替500円~1000円(治療食対応不可) 土・日・祝日は2~3日前に予約 相談いただくと対応可の時もあり
	杉山町562-2	63-6015	昼食	○	○	○	○	○			
			夕食	○	○	○	○	○			
	対応エリア: 杉谷・森岳(他地区応相談)		定休日: 土・日・祝日お休み								
5	(株)ミールジャパン			月	火	水	木	金	土	日	高齢者向け弁当 500円 カロリーコントロール弁当 500円 (栄養士2名)
	新馬場町136-3	62-7014	昼食	○	○	○	○	○			
			夕食								
	対応エリア/島原市内		定休日: 祝日お休み								
6	遊食喫茶 水月(みづき)			月	火	水	木	金	土	日	日替弁当 400円
	新湊二丁目2809	63-6788	昼食	○	○	○	○	○	○		
			夕食	○	○	○	○	○	○		
	対応エリア/島原市内(応相談)										
7	ワタミ(株)ワタミの宅食			月	火	水	木	金	土	日	2種類のお弁当・3種類のお惣菜 日替わり5日間(月~金)コース・7日間 (月~日)コース 1食あたり490円~640円、2食目以降 80円の割引 (前週水曜までに翌週のご注文を受付)
	前浜町2-1	080-3228-2490	昼食								
			夕食	○	○	○	○	○	○	○	
	対応エリア/島原市内										

【弁当配達②】

※詳細については事業所へご確認ください。

8	宅配クック 1・2・3 (ワン・ツウ・スリー) 島原・雲仙店			月	火	水	木	金	土	日	弁当の種類 普通食、やわらか食、カロリー・塩分調整食、たんぱく・塩分調整食、透析食、健康ボリューム食スマイルケア食、ごはんつき、おかずのみ選べます。1食からでもOK、ごはんつき594円～、おかずのみ540円～
			昼食	○	○	○	○	○	○	○	
	有明町大三東戊 1217-1	68-3537	夕食	○	○	○	○	○	○	○	
対応エリア/島原市内全域											
9	ララコープのお弁当宅配			月	火	水	木	金	土	日	1食あたり545円～ 2食で-80円3食で-150円お得になります。お弁当コース・おかずコース等選べます。週3回以上利用される方で夕方17時までに保冷箱に入れてお届けします。手続き等説明がありますので、まずは生協にご連絡下さい
			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								
10	セブンイレブン 島原城見店			月	火	水	木	金	土	日	お弁当等の食料品 配達無料 配達時間 9:00～11:00
			昼食	○	○	○	○	○	○	○	
	城見町4957-1	62-3620	夕食								
対応エリア/森岳・霊丘 (ご相談ください)			年中無休								
11	セブンイレブン 下川尻町店			月	火	水	木	金	土	日	お弁当等の食料品 配達無料(ミール会員様のみ配達) 配達時間 11:00～17:00
			昼食	○	○	○	○	○	○	○	
	下川尻町10-1	62-1717	夕食	○	○	○	○	○	○	○	
対応エリア/安中・白山 (ご相談ください)			年中無休								
12	セブンイレブン 島原高島2丁目店			月	火	水	木	金	土	日	お弁当等の食料品 配達無料 配達時間 9:00～18:00
			昼食	○	○	○	○	○	○	○	
	高島2丁目 7208-1	64-8310	夕食	○	○	○	○	○	○	○	
対応エリア/森岳・白山・霊丘 (ご相談ください)			年中無休								
13	セブンイレブン 島原白土湖店			月	火	水	木	金	土	日	お弁当等の食料品 配達無料 配達時間 9:00～18:00
			昼食	○	○	○	○	○	○	○	
	崩山町6893-1	62-7011	夕食	○	○	○	○	○	○	○	
対応エリア/白山 (ご相談ください)			年中無休								

【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。

	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	月曜	森岳 (他地区応相談)
	北門町1567-3	63-6382				
2	海音寿し		寿司	11:30~14:00 17:00~21:30	月曜	旧島原市
	先魁町1163-10	63-5791				
3	江戸新		寿司 (650円から各種)	11:00~21:00	不定休	白山・霊丘・森岳
	寺町1197	62-2044				
4	寿司金		寿司	11:00~13:00 16:00~21:30	火曜	白山・霊丘・森岳
	西八幡町8502	63-6023				
5	彦八		寿司・丼物・定食	11:00~20:00	不定休	有明
	有明町湯江丙 33-1	68-0604				
6	いわみ		丼物 500円程度	11:30~14:00 17:00~19:00	水曜	有明
	有明町湯江甲 438-3	68-2054				
7	銀座食堂		390円~	11:00~18:00	金曜	白山・霊丘・森岳 (要相談)
	中堀町39-1	62-4070				
8	幸利屋		チャンポン・皿うどん・ うどん・ランチ定食 あり	11:00~19:30 (19:00オーダー ストップ)	不定休	安中・白山・霊丘 (要相談)
	中組町262-1	62-2467				
9	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				
10	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				
11	中華園		中華・丼物・麺類等 500円程度	10:00~20:00	月曜	白山
	白土桃山2丁目 1159-4	62-4536				
12	和が家		丼物・飯物・麺類等・ ランチ定食650円 (①マーボー豆腐 ②酢豚③テリヤキ定食)	11:00~14:00 16:00~20:00	水曜	白山・霊丘
	西八幡町 8393-2	64-0003				
13	十八番		鶏ガラスープラーメン・ 餃子・皿うどん・やきそば・ ちゃんぽん・丼物 500~600円	11:30~21:00	月曜	白山・霊丘・森岳
	蛸子町一丁目 7450	62-5532				

【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。

	名称		営業時間	休業日	対応エリア
	住所	電話番号			
1	(株)日進開発 あんしんハウス島原 食品・日用品配達		9:00~17:30	年中無休	旧島原市内
	上新丁一丁目 4158-1	64-8055	随時対応可（お断りする場合あり） 同法人内店舗より配達可（コンビニエンスストア） ※配達料：無料		
2	おつかいサービス		8:00~18:00	12/31~1/3	島原（一部除く）・国見
	有明町大三東戊 122-1	68-2280	【お買い物サービス】 弁当・食材・日用品等のおつかいを致します。電話にて買い物の内容をお伝え下さい。商品代金は配達時にお支払い。 ※チケット10枚綴り2,500円・配達料:8品目までチケット1枚と半分（375円）・9品目の場合はチケット2枚（500円）		
3	杉永ストアー		8:00~20:00	1/1~1/2	店舗周辺
	下折橋町3848-1	64-2741	食材・オードブルなど。		
4	小無田青果		10:00~18:00	日曜・お盆 1/1~1/4	旧島原市内
	中堀町151-2	63-5895	野菜・果物の配達 配達は2,000円以上から		
5	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		
6	橋本青果店		8:40~18:30	日曜	旧島原市内
	浦田二丁目676	62-3529	野菜・果物類の配達 配達は1000円以上から可 ※配達料:無料 祝日対応可		
7	古川青果店		8:00~20:00	日曜	旧島原市内
	広馬場町362	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 午後からの配達になります。 個人様は12:00~15:00まで お店や事業所様への配達は午前までに注文いただければ配達時間は対応します。		
8	小原商店 有明店		8:30~20:00	第2火曜 (8月・12月を除く)	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		
9	フードショップまき		8:00~20:00	日曜	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		

【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。

10	まる林醤油本店		8:30~17:30	日曜・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		
11	生活協同組合ララコープ 島原支所		9:00~18:00 9:00~13:00(土)	日曜	島原半島全域 (愛野・小浜の一部・千々石・吾妻 は諫早支所対応)
	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お届けします。 配達には個人宅とグループでの共同購入→無料 ※個人宅配送料上限619円 ※お支払いは口座振替(月末締め翌月13日引落とし)		
12	補聴器メガネのナンコウ		10:00~17:00	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 ホームページ http://eyecom2013.wix.com.nankou3.jp		
13	よしむら灯油センター		9:00~19:00	日曜 1/1~1/3	市内全域~深江
	大下町丙609-1	62-5228	灯油の配達		
14	ふとん&ギフト はやしだ		9:30~18:00	正月・お盆	島原市内
	中野町1414-2	64-5005	寝具・ギフトの配達		
15	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		
16	鈴木鮮魚直売店(杉永ストアー店内)		8:00~15:00	日曜の午後・1/1	杉谷・森岳・霊丘
	下折橋町3837-5	64-3557			

【食料品・日用品他配達③】

※詳細については事業所へご確認ください。

17	古賀ふとん店		10:00~19:00	1/1・8/16 毎週水曜日	市内全域
	堀町194-2 (一番街アーケード)	62-6653	※配達料：無料 すぐ対応できない場合がありますので日時などにご相談ください。		
18	ミネ化粧品店		10:00~19:00	1/1	島原市内
	中堀町159	62-4321	化粧品・洋服・バック・小物などの配達 ※配達料：無料		
19	重松花屋		9:00~19:30	1/1~1/3	森岳・霊丘・白山
	中堀町155	62-3313	花の配達・配達は1,500円以上から可（ちからこぶを見たと伝えて下さい） 対応エリア外の場合3000円以上対応可		
20	肉のもりうち		8:00~19:00	日曜	旧島原市内
	中堀町151-2	62-5037	精肉の配達		
21	レディースファッションたまや		9:30~19:00	1/1	島原市内
	中堀町64	62-2727	衣料品・下着・バッグ・雑貨小物など facebookページ有		
22	白山はきもの		9:30~18:00	1/1 不定休	島原市内
	中堀町15	62-2714	足からの健康を考えるお店		
23	(株)ミッキーシューズ		10:00~19:00	不定休	島原市内
	中堀町150	62-4561	くつ・スリッパ・履物自宅へ届けます		
24	北尾茶舗		10:00~17:00	日曜・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。		
25	鳥居鮮魚店		9:00~18:00	日曜	森岳・霊丘・白山・杉谷の一部
	宮の町642-4	62-4424			
26	めがねのエイキ		9:30~18:30	木曜	島原市内
	堀町198	63-0659	補聴器・メガネの販売 他店購入の補聴器も可※障害者福祉対象 配達は応相談		

【食料品・日用品他配達④】

※詳細については事業所へご確認ください。

27	セブンイレブン 島原城見店		9:00~11:00	年中無休	森岳・霊丘 ご相談ください
	城見町4957-1	62-3620	日用品雑貨等 配送料無料		
28	セブンイレブン 島原下川尻店		11:00~17:00	年中無休	安中・白山 ご相談ください
	下川尻町10-1	62-1717	日用品雑貨等 配送料無料(ミール会員様のみ配達)		
29	セブンイレブン 島原高島2丁目店		9:00~18:00	年中無休	森岳・白山・霊丘 ご相談ください
	高島二丁目 7208-1	64-8310	日用品雑貨等 配送料無料		
30	セブンイレブン 島原白土湖店		9:00~18:00	年中無休	白山 ご相談ください
	崩山町6893-1	62-7011	日用品雑貨等 配送料無料		

【家事支援サービス】

※詳細については事業所へご確認ください。

	名称		営業時間	休業日	対応エリア
	住所	電話番号			
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	62-6988	短い時間や簡単な仕事でも可・不用品も回収いたしております。 ※仕事は基本的に何でも受けます。 ※見積りします。		
2	おつかいサービス		8:00~18:00	12/31~1/3	有明・国見・島原市内一部
	有明町大三東戊122-1	68-2280	【お届けサービス】2枚と半分 【お手伝いサービス】 5分間でチケット1枚 (例) たんすの移動や玄関先の除草など。 ※チケット10枚綴り 2,500円、お買い物サービス1枚と半(375円)		
3	島原市シルバー人材センター		8:15~17:00	土・日曜・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。		
4	なんでも本舗 しまばら屋		8:00~17:00	年中無休	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。		
5	森岳看護師・家政婦紹介所		いつでも可	年中無休	応相談
	城内三丁目1075-7	63-1706	【家事援助サービス・病人介護サービス】 3時間:3,309円 8時間:6,618円 12時間:8,603円 泊まり:11,030円 ※交通費は公共交通料金分を申し受けます。		
6	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		9:00~17:00	土・日曜・祝日	島原市内
	南島原市 西有家町須川3203-10	82-6116	【生活支援・通院介助】 介護保険利用可 支援時間:月~金(土日祝日は希望があれば対応可) 料金1時間:1,800円 (時間外・土日祝日は2割増し 2,160円) ※別途交通費:200円		
7	島原いきいきサービス(訪問型)		9:00~18:00	日曜	島原・深江・国見 他応相談
	高島二丁目7290-5	65-5505	【家事代行支援】60分未満:1,500円 時間延長はご相談ください 【介護を要する支援】20分未満:1,000円 40分未満:2,000円		
8	就労支援センター 一輪花くにみ		10:00~15:00	土・日曜・祝日	愛野町~島原
	国見町多比良乙413-3	73-6300	除草作業、墓清掃、ハウスクリーニング、農作業手伝い ※料金は内容により異なります		

【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。

	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 城見町4887-3		いつでも対応可	日曜 (緊急時は対応可)	ご相談下さい
		64-2332			
2	内嶋電化サービス 北安徳町2291-4		いつでも対応可	不定休	島原市内
		64-1274			
3	有限会社 エガワ電器商会 宇土町乙968-1		8:00~18:00	日曜	市内全域 南島原市内
		63-0631			
4	有限会社 筑後屋 西八幡町8503-1		9:00~18:00	日曜	島原市内
		62-2268			
5	エディオン吉田電器 宇土町乙836-1		9:00~19:00	日曜	島原市内
		64-6641			
6	でんき屋きたもと(株) 有明町湯江甲212-3		9:00~19:00	日曜	有明
		68-0562			
7	白山電器 湊町104		10:00~18:00	/	白山・安中・霊丘
		62-4632			
8	ムラサト電器 栄町8641		9:00~20:00	日曜	島原市内
		63-4608			
9	マツザキデンキ 北安徳町3114-2		9:00~19:00	日曜、祝日	島原市内、 南島原近郊(深江・布津)
		62-2716			
10	株式会社 水本電器 中堀町156-4		9:00~19:00	日曜	白山・霊丘・森岳
		64-0056			
11	モリタデンキ 桜門町1712-7		9:00~19:00	日曜	島原市内
		64-2476			
12	遊電館 宇土町693-7		8:00~19:00	日曜、祝日	島原市内
		63-2789			

【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。

店名	住所	電話番号	営業時間	送迎範囲
みのる&とみこ	新湊1-41-1	64-0386	AM9:00~PM7:00	旧島原市内
なかの理容室	西八幡町8545-12	64-1340	AM8:30~PM7:30	相談の上で
ホンダ理容	元船津町717	63-0054	AM8:00~PM7:00	旧島原市内
ロビン理容院	元船津町689	62-6508	AM9:00~PM8:00	相談の上で
理容 ほんだ	湊町275	63-0019	AM8:00~PM8:00	旧島原市内
吉岡理容院	坂上町7557	62-5689		
シャンプー理容 黒田	新町1丁目189	62-3454		
ヘアサロン 寿美蓮	白土町1045	64-6156	AM9:00~PM8:00	
髪イング 理容室	柏野町2774-17	64-3439		
髪工房 アフロ	片町617	63-6070		
有吉 BARBER	今川町1307-1	62-6483	AM8:00~PM7:30	
かわいい理容	城見町4232-1	62-2394	AM9:00~PM7:30	旧島原市内
ヘアサロン うちだ	桜門町2672	62-5416	AM8:00~PM8:00	旧島原市内
hair salon S	下折橋町3832-1	64-3517	AM9:00~PM8:00	旧島原市内
荒木理美容院	下宮町甲2486	63-2819	AM8:00~PM8:00	島原市内
ヘアサロン カナサキ	御手水町甲2274-5	63-0464	AM9:00~PM8:00	三会地区内
理容 ツルタ	洗切町丙1444-2	63-2815	AM8:30~PM7:00	
カトルーム おかむら	有明町大三東戊129-1	68-1070	AM8:30~PM6:30	有明町内
理容 ソノダ	有明町大三東戊317	68-1073	AM9:00~PM7:00	当店のお客様のみ
理容 いたう	有明町大三東戊496-1	68-2847	AM9:00~PM8:00	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。

店名	住所	電話番号	営業時間	送迎範囲
かねこ美容室	北安徳町丁3008-6	63-1625	AM9:00~PM6:00	お気軽に電話下さい
ぱーまや いわなが	新湊2丁目丙1987-1	64-3278	AM9:00~PM7:00	
みのる&とみこ	新湊1丁目41-1	64-0386	AM9:00~PM7:00	旧島原市内
テルミ美容室	弁天町1丁目74-1	0120-62-4018	AM8:30~PM7:00	お気軽に電話下さい
GYARIRUギャリル	片町576	62-6649	AM9:00~PM6:00	市内全域
Shinbi for hair	柏野町2774-6	64-8145	AM9:30~PM6:30	月・火のみ
長崎美粧院	先魁町1163-36	62-4503	AM7:00~PM7:00	市内全域
ビューティサロン清美	下折橋町3848-2	63-5113	AM9:00~PM6:00	お気軽に電話下さい
荒木美容院	下宮町甲2486-1	63-2819	AM8:00~PM7:00	
カッターームおかむら	有明町大三東戊129-1	68-1070	AM8:30~PM6:30	有明町内
HAIR WORLD:AZ	有明町大三東丙612-2	68-2098	AM9:30~PM6:30	有明町内
さとみ美容室	有明町湯江丁675	68-1698	AM9:00~PM6:00	有明町内
平野美容院	有明町湯江甲472-8	68-0656	AM9:00~PM6:00	有明町内

【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。

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		
ねこひげ整体院		9:00~20:00	金曜	島原市内 ご相談ください
緑町9158-6	73-9371	施術料金（ご来院・出張とも同額） 一般4,320円、60歳以上3,240円 出張料無料 専用ベッドを持ち込むため畳3畳分のスペースをお借りします。 不明な点はお問い合わせください。		
飛鳥鍼灸院		9:00~21:00	木曜	白山地区～ 杉谷地区
湖南町6956-2	64-0377 Fax 64-6377	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での予約も承ります。		

【島原市内のタクシー】

※詳細については事業所へご確認ください。

	名 称		営業時間	配車可能地域	タク シー券 利用	その他サービス
	住 所	電話番号 (フリガナル)				
1	有限会社有明タクシー		午前7:00~ 午前2:00	島原市内	可	<ul style="list-style-type: none"> ・遠距離割引 ・身体障がい者割引
	有明町大三東戊1464-5	68-1166				
2	小嵐タクシー有限会社		24時間	島原半島	可	<ul style="list-style-type: none"> ・免許証返納割引 ・身障者割引 ・遠距離割引
	下川尻町39-2	62-3177				
3	島鉄観光株式会社島鉄タクシー		24時間	島原半島	可	<ul style="list-style-type: none"> ・身体障がい者割引(10%) ・知的障がい者割引(10%) ・精神障がい者割引(10%) ・免許返納割引(10%) ・遠距離割引
	弁天町二丁目7145-1	62-6271				
4	長崎第一交通株式会社島原営業所		24時間 365日	島原市内及び乗 降が営業エリア なら可能	可	<ul style="list-style-type: none"> ・公的割引：身体・知的・精 神・運転免許返納（メ-タ料金1割 引） ・救援事業サービス（マ-ホ-ト、認 知症ホ-ト、買い物代行等）ク ソ-クホ-トサービス
	下川尻町18	62-2261 (0120- 2261-62)				
5	平成観光島原営業所		24時間	島原市内 (有明町含む)	可	<ul style="list-style-type: none"> ・障害者割引等(1割引き) ・障害者保健福祉手帳交付の方
	白山町52	63-1919				