

伊勢市インフォーマル資源情報一覧表

買い物環境支援住民主体による生活支援

発刊

社会福祉法人 伊勢市社会福祉協議会

令和5年 9 月

生活支援体制整備事業

● はじめに ●

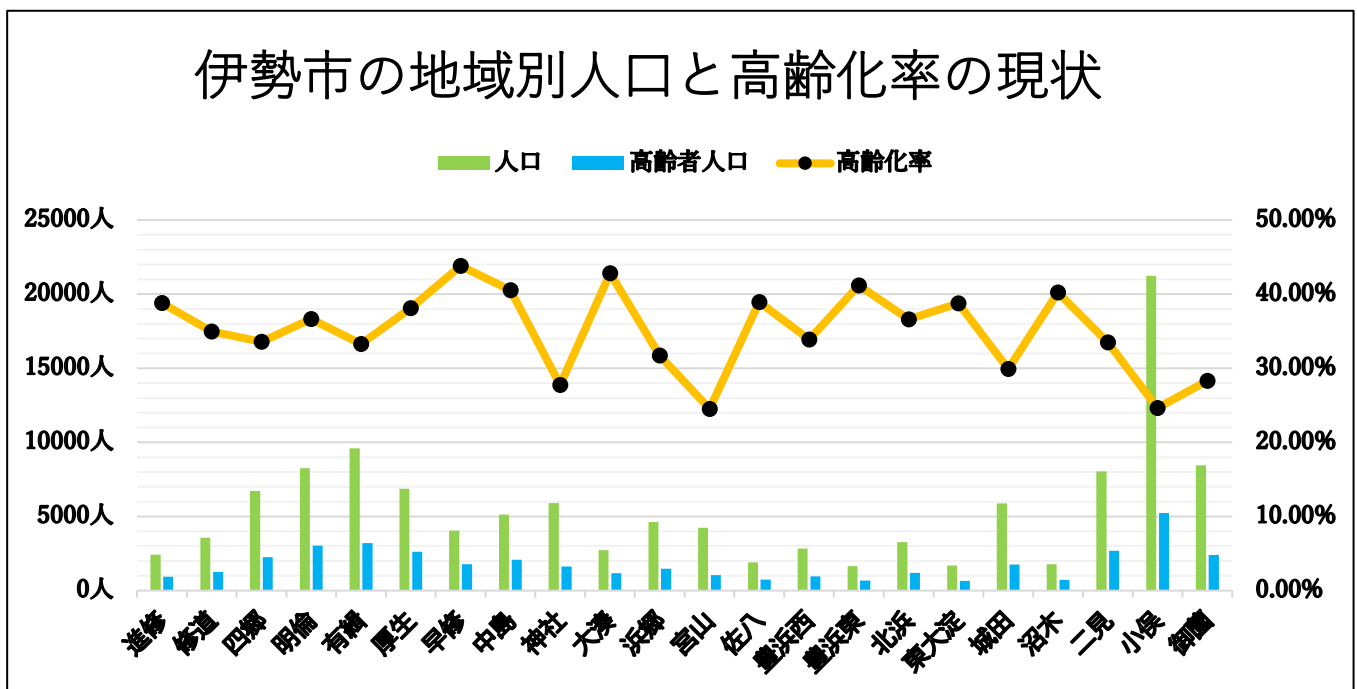
この情報は、伊勢市のインフォーマルサービス(介護保険外サービス)のうち
 買い物環境支援、住民主体による生活支援に特化した情報を集めたものです。
 住み慣れた地域で「自分らしく、安心して暮らし続ける」ための生活のサポート
 を目的に作成しており、高齢者に優しいお店や事業所または地域活動の情報を
 掲載しております。
 皆様の暮らしにお役立ていただければ幸いです。

※ この冊子に掲載されている情報は更新される場合があります。

目次

買い物環境支援情報……………P 2～P14

住民主体による生活支援情報……………P15～P20



参考資料 令和5年4月現在



買い物環境支援情報

伊勢市全域



買い物等が困難な方のために、伊勢市内で商品の配達や移動スーパーでの販売を行っている事業者を一覧にまとめています。

移動販売

商品を積んだ車両で市内を巡回する移動販売です。

No.	事業所名	概要
1	移動スーパーとくし丸	ぎゅーとらの商品を300品目 生鮮食品、惣菜、パン、お菓子など
2	ダイハン青果店	野菜、果物、生鮮食品、パン、お菓子類など
3	魚やかっちゃん	鮮魚、刺身、貝、干物など
4	肉のひき田	精肉、牛乳、揚物惣菜、鶏のもも焼き、自家製ローストビーフ、手作りハンバーグ、たまご、パン、お菓子、調味料、冷凍食品など
5	岡村とうふ	豆腐、揚げ、厚揚げ、豆乳、調味料、パン、お菓子など
6	豚の赤ちゃん	精肉、加工品など
7	伊勢湾漁協移動販売車	鮮魚、加工品、干物、海苔など
8	移動スーパーはじ丸	バローの商品を陳列 生鮮食品、惣菜、パン、お菓子など

商品配達

電話等で注文した商品を自宅等に宅配します。

	事業所名	概要
9	生活協同組合 コープみえ	注文は、「OCR 注文」・「インターネット注文」・「お電話での注文」 注文から1週間後に商品が届きます
10	ベリー宅配	インターネット(パソコン・携帯電話・スマートフォン)で注文。24時間 対応。当日の朝までに注文の場合、その日の夕方5時までに配達
11	イオンネットスーパー	お住いの近隣店舗よりご自宅に商品をお届け・店舗で受取りできるサ ービス 24時間対応

送迎サービス



高齢者等を対象にワゴン車による乗り合い形式の無料送迎バスです。

	事業所名	概要
12	ぎゅーとら行こカー	無料送迎車両でぎゅーとらでお買い物



移動販売


更新月 令和5年 9月

No.1	事業者名	移動スーパーとくし丸
実施エリア	市内全域 ※但し販売エリアに限りあり	
問合せ先	ぎゅーとら本社サービスセンター TEL 0596-37-5500	
取扱商品	ぎゅーとらの商品(お刺身、寿司、お肉、野菜・果物、パン・お菓子、日用品・・・)	
実施曜日 ルート	月	【ハイジー店】宮後 3 丁目、一之木4丁目、一志町、二見町光の街、二見町西、楠部町、本町、宮後1丁目、御園町長屋 【藤里店】中村町桜が丘、桜木町、勢田町自由が丘、勢田町、古市町、岡本2丁目 【明和店】栗野町、中須町、柏町
	火	【ハイジー店】大湊町、馬瀬町、宇治浦田3丁目、宇治中之切町、宇治浦田1丁目、宇治館町 【藤里店】勢田町、藤里町、辻久留3丁目、佐八町、津村町 【明和店】有滝町、村松町
	水	
	木	【ハイジー店】二見町三津、二見町茶屋、宮後3丁目、楠部町、岩淵1丁目、本町、宮後1丁目 【藤里店】中村町桜が丘、勢田町自由が丘、勢田町、勢田町千寿台、古市町、倭町、岡本2丁目、中之町、五十鈴が丘団地、勢田船江山団地、桜木町、藤里町 【明和店】栗野町、中須町、柏町
	金	【ハイジー店】大湊町、馬瀬町、竹ヶ鼻町、鹿海町、一字田町、宇治浦田1丁目、宇治館町、古市町 【藤里町】前山町、藤里町、藤里町藤里団地、辻久留3丁目、二俣町、岡本1丁目、佐八町、二俣3丁目、中島町、尾上町、古市町 【明和店】村松町
	土	【藤里店】津村町 【神田久志本店】朝熊町 ※朝熊町を經由して鳥羽方面へ 【明和店】西豊浜町上区、磯町、東豊浜町土路、有滝町、村松町、東大淀町
	日	
写真	 	
備考	商品 1 点に付きプラス 20 円で販売しています。	

各地で販売中です


移動販売

更新月 令和5年9月

No.2	事業者名	ダイハン青果店
実施エリア	大湊町	
問合せ先	代表 森本 TEL090-7953-3486	
取扱商品	野菜 果物 生鮮食品 パン お菓子類	
実施曜日 ルート	月	12:45 高齢者通所センターいこい(大湊町町民会館)
	火	
	水	
	木	
	金	
	土	
	日	
写真	 <p style="text-align: center;">大湊町通所センターいこいでの販売、配達</p>	
備考	南伊勢町を經由して大湊町通所センター「いこい」へ立ち寄った後は、町内個人宅へ立ち寄り「この方はこれが好き」などの趣向も分かってもらえているようです。	


移動販売


更新月 令和5年 9月

No.3	事業者名	魚やかっちゃん
実施エリア	伊勢市内	
問合せ先	090-7613-0236	
取扱商品	鮮魚・刺身・貝・干物など	
実施曜日 ルート	月	
	火	厚生地区 しんみち商店街前販売 14時30分~14時45分
	水	
	木	厚生地区 しんみち商店街前販売 14時30分~14時45分
	金	
	土	
	日	
写真	 <p style="text-align: center;">新道商店街 販売スペース</p>	
備考	<p>注文販売、宅配便、贈答品、お中元、お歳暮喜んで承ります。 伊勢・玉城・度会・鳥羽・明和etcご用命があればどこへでも行きます。</p>	

移動販売

更新月 令和5年9月

No.4	事業者名	肉のひき田	
実施エリア	二見町 ※伊勢市内は二見町の一部のみ		
問合せ先	0599-43-3821 (志摩市阿見町神明 1113-28)		
取扱商品	精肉、鶏のもも焼き、自家製ローストビーフ、手作りハンバーグ、牛乳、揚物惣菜、たまご、パン、お菓子、調味料、冷凍食品等		
実施曜日 ルート	月	江コミュニティセンター 9:00～ 松下健康増進センター 松下広場 9:40～	
	火	※志摩市	
	水	※志摩市	
	木	※鳥羽市	
	金	なし	
	土	なし	
	日	なし	
写真	 <p style="text-align: center;">二見町松下区内での様子</p>		
備考	<p>基本的には志摩市、鳥羽市を中心に移動販売を行っています。 「おどるポンポコリン」の音楽を流しています。</p>		

No.5	事業者名	岡村とうふ
実施エリア	市内全域	
問合せ先	ドライバー加井 090-7868-3154	
取扱商品	・豆腐 ・揚げ ・厚揚げ ・豆乳 ・調味料 ・パン ・お菓子 ・その他	
実施曜日 ルート	月	※度会町
	火	※南伊勢町
	水	河崎、小木、田尻、神久、黒瀬、神田久志本、船江 9:00~18:30
	木	※名張市 奈良県宇陀市
	金	二見町松下、江、茶屋、荘、西、今一色、溝口、三津、光の街 9:30~15:30 通町、一色町 16:00 神田久志本 16:30
	土	休み
	日	休み
写真	 <p style="text-align: right;">寄せ豆腐が人気です</p>	
備考	<p>令和2年9月16日 『地域における見守り活動協定』を伊勢市と締結</p>	

こんにちは!
岡村とうふです!

国産大豆100%の手作りが自慢の岡村とうふです。このSの地区に伺いたくさんの皆様にご利用を願っております。

水綿とうふ・絹とうふ
柔らかな油あげ・厚揚げ
具だくさんのひりょうづ
など、厳選された国産大豆のみを使用し自信を持って販売しております。
おなじみのパーンパーン♪とトーン7の音が聞こえます。是非一度お気軽に声をかけ下さい。

担当は
加井 崇大です!

岡村とうふ(本社)
三重県伊勢市山産町2294-11
電話営業 伊勢支店 伊賀支店 伊勢市支店 桑名支店

電話予約 0120-54-1028
担当スタッフ直接の連絡先は
090-7868-3154

この音が目標です!

岡村とうふ自慢の商品です!

商品名	価格	商品名	価格
絹豆腐	¥220	揚げたて 300g	¥580
厚揚げ	¥210	にま煎餅(レンジ用) 200g	¥580
厚揚げ(大あげ)	¥205	にま煎餅(レンジ用) 500g	¥1,350
厚揚げ	¥180	厚揚げ 300g	¥580
厚揚げ(大あげ)	¥200	厚揚げ 1冊用	¥2,600
厚揚げ	¥150	おからあげ(大)	¥200
厚揚げ(大)	¥170	おからあげ(小)	¥200
大豆のすり身(国産使用)	¥260	おからあげ(大)	¥200
大豆のすり身(国産使用)	¥130		
大豆のすり身(国産使用)	¥50		


<夏季前>商品表

商品名	価格
豆乳 500ml	¥220
揚げたて (10月~12月)	¥160
おから餅	¥150
二色豆腐	¥150
にま 50g	¥220
にま 100g	¥460
厚揚げ (150g)	¥250
厚揚げ (225g)	¥300
厚揚げ(大)	¥400
おから餅(大)	¥200

トーン7の音が聞こえます


移動販売

更新月 令和5年9月

No.6	事業者名	豚の赤ちゃん(畑井食肉)
実施エリア	伊勢市内	
問合せ先	代表 畑井 090-3159-0950	
取扱商品	精肉 加工品 その他	
実施曜日 ルート	月	小俣町(元町) 城田(中須 栗野 坂東)
	火	宇治中ノ切町 宇治浦田滝倉団地 宇治浦田町 中村町
	水	定休日
	木	鹿海町、岩渕、神久、河崎、船江、勢田町船江山団地、藤里団地、旭町、前山町、辻久留
	金	二見町松下 江 茶屋 三津 溝口 荘 西 今一色 朝熊町 久世戸町 古市町
	土	下野町 神社港 馬瀬町 大湊町 一色町
	日	定休日
写真	 <p style="text-align: center;">二見町内での様子</p>	
備考	<p>36年間販売をしており、自身も高齢になってきたため、これ以上新規の範囲を増やすことが出来ません。現在、関わっている顧客を大切にしたいとの事です。 注文も承ります。</p>	


移動販売

更新月 令和5年 9月

No.7	事業者名	伊勢湾漁協協同組合
実施エリア	伊勢市内 一部地域のみ	
問合せ先	有滝町 2021 事務所 0596-37-2175	
取扱商品	鮮魚 加工品 干物 海苔など	
実施曜日 ルート	月	14:00 朝日丸(船江 2 丁目)
	火	12:00 サンファームおばた(小俣町)
		13:30 辻石油(東豊浜町)
	水	13:00JA伊勢浜郷(黒瀬町)
	木	13:30 道の駅蘇民(二見町)
		14:30 伊勢湾漁協大湊出張所(大湊町)
	金	14:00 滝倉団地(宇治浦田 3 丁目)
土		
日		
写真		
備考	<p>駐車場所・予定時間は変更になる場合もあります。 運行内容は随時見直してまいります。 伊勢産の干物はじめました。</p>	

移動販売


更新月 令和5年9月

No.8	事業者名	移動スーパーはじ丸
実施エリア	市内	
問合せ先	オアシス店 木戸口 (連絡先)090-7689-2827 FC 志摩店 大倉 (連絡先)080-5135-4502	
取扱商品	・刺身・寿司・惣菜・お肉・野菜・果物・調味料・パン・菓子・日用品など	
実施曜日 ルート	月	※AM度会町 三津防災センター 14:00～ リバーサイドせせらぎ 13:00～ 江コミュニティセンター前 14:30～
	火	※大台町 志摩市
	水	※明和町 志摩市 14:00～15:00 空きあり
	木	西豊浜団地～有滝町岡村石油～有滝農村公園～有滝漁港～植山町 10:20～12:50
	金	中須町泉寿院 10:40～ 川端町公民館 11:10～ ※明和町～多気町方面 16:00～空きあり
	土	14:00～空きあり
	日	
写真	 <p>スーパーマーケット バローミタス伊勢店の商品を販売</p>	
備考	販売対象エリアは随時拡大しています。お問い合わせください。	

No.9	事業者名	生活協同組合 コープみえ 伊勢センター	
実施エリア	配送センター:伊勢市通町東新田 419 番地 配送エリア :伊勢市全域		
問合せ先	フリーダイヤル:0120-257-275		
取扱商品	生鮮食品, 加工食品, 冷凍食品, 料理キット・惣菜, お米, お酒, 水・飲料, お菓子・スイーツ・アイス, 日用品・生活雑貨, 化粧品, ペット用品, 趣味・園芸品, 服・衣類, 家具・家電		
実施曜日 ルート	月	二見、小俣、西豊浜、東豊浜、有滝、村松、東大淀、柏、上地、川端	
	火	御園、大湊、下野、神社港、竹ヶ鼻、馬瀬、小木、神久、吹上、河崎、船江、神田久志本、宮後、大世古、一之木	
	水	藤里、旭町、津村、円座、上野、矢持、横輪、神園	
	木	大倉、中島、辻久留、浦口、常磐、八日市場、一志、本町、古市、桜木、勢田、宇治浦田、楠部、鹿海、一字田、朝熊	
	金		
	土	休日	
	日	休日	
写真	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <p>コープみえの かんたん べんり コープ宅配</p>  </div> <div style="width: 45%;"> <p>夕食宅配弁当</p>  <p>↑ 週間に3日以上からのお届け</p> </div> </div>		
備考	<p>【コープの見守り活動】</p> <p>コープみえでは同じ担当者が同じ地域を配達しています。そのため、地域の高齢者やお子さんの“いつもと違う”に気付くことがあります。配達時に異変を察知した場合、連携している各市町の担当窓口や地域包括センターなどに連絡し、情報の確認と支援につなげています。緊急を要する場合は配達を中断し、救急や警察へ連絡します。 フリーダイヤル 0120-514-460</p>		

商品配達

更新月 令和5年 9月

No.10	事業者名	生鮮市場ベリー
実施エリア	伊勢市内(二見町と一部地域を除く)	
問合せ先	生鮮市場ベリー宅配サービスセンター TEL:0596-21-1616 FAX:0596-21-1600 受付時間:9:40~19:00 まで/年中無休	
取扱商品	生鮮食品 等 新聞折込チラシの商品が購入可能	
実施曜日 ルート	配達エリアのみ可能	
写真	 <p>生鮮市場 ベリー 宅配サービス 配達エリア</p> <p>伊勢市内(二見町と一部地域を除く)</p> <ul style="list-style-type: none"> の地域は配達地域です。 の地域は配達範囲外の地域です。 <p>— 近鉄 — 道路 — 高速道路 — JR — 23号線</p>	
備考	<p>インターネット(パソコン・携帯電話・スマートフォン)で24時間注文可能 当日の朝までに注文の場合、その日の夕方5時までに配達 支払いは口座引落 原則として配達用の鍵付き保管庫(有料)を設置しその中へ商品を配達 資源ごみ回収も可(トレー、牛乳パック、ペットボトル)</p>	

商品配達


更新月 令和5年 9月

No.11	事業者名	イオンネットスーパー
実施エリア	市内全域	
問合せ先	TEL:0120-586-610 (受付時間 9:00~21:00) http://shop.aeon.com	
取扱商品	生鮮食品、衣類、日用品等 約3万点	
実施曜日 ルート	最短即日配送	
写真	<p>暑い季節、寒い季節、雨の日や風の日もイオンがおうちにお届けします。重いものかさばるものはもちろん、食品・日用品や医薬品まで豊富な品ぞろえで、お買い物ごとにWAON POINT もたまってオトク!</p>	
備考	<p>イオンネットスーパーは、注文をすると配送日に、近隣の担当店舗で商品を選び、配達もしくは直接店舗で受け取ることでできるサービス。</p> <p>店舗では、店頭カウンターでの受け取り、車に乗りながらのドライブピックアップの2つの受取方法がある。</p> <p>また、注文は、スマートフォンやパソコン、タブレット端末から24時間いつでもできるため、外出先でも買い物ができる。</p> <p>別途配送料必要。</p>	

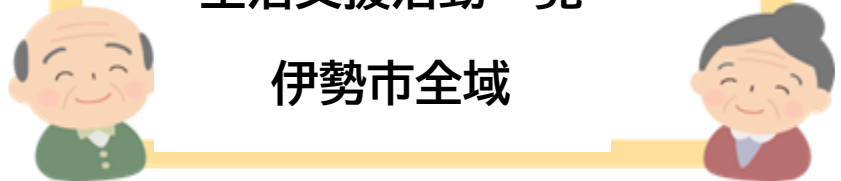
送迎サービス

更新月 令和5年9月

No.12	事業者名 株式会社ぎゅーとら 『ぎゅーとら行こカー』
実施エリア	<p>【二俣店】対象地域(月・木) 二俣1丁目・2丁目・3丁目・4丁目、辻久留1丁目・2丁目・3丁目、辻久留町、二俣町 中島1丁目・2丁目、宮川1丁目・2丁目、浦口1丁目・2丁目・3丁目・4丁目 常磐1丁目・2丁目・3丁目、宮町1丁目・2丁目、八日市場町・曾祢2丁目 一之木2丁目、大世古1丁目・2丁目、御園町高向(線路を挟み旧伊勢市側)</p> <p>【神田久志本店】対象地域(木・金) 神久1丁目・2丁目・3丁目・4丁目・5丁目・6丁目、神田久志本町、倭町、楠部町 古市町、久世戸町、中村町、朝熊町、一字田町、鹿海町、黒瀬町、通町、一色町 二見町松下・江・茶屋・三津・山田原・溝口・荘・西・今一色・光の街</p> <p>【藤里店】対象地域(月・火・木・金) 一志町、宮後1丁目、本町、岡本1丁目・2丁目・3丁目、岩淵1丁目・2丁目・3丁目 吹上1丁目・2丁目、岡本町、岩淵町、尾上町、豊川町、藤里町、勢田町、中之町、楠部町 (五十鈴が丘団地)、中村町(五十鈴中学校周辺)、中村町桜が丘、桜木町、宇治浦田1丁目 2丁目・3丁目、宇治浦田町、宇治今在家町、宇治館町、宇治中之切町、旭町、前山町 大倉町、佐八町、津村町、円座町</p> <p>【ハイジー店】対象地域(月・火・金) 大世古3丁目・4丁目、一之木3丁目・4丁目・5丁目、宮後2丁目・3丁目 河崎1丁目・2丁目・3丁目、船江1丁目・2丁目・3丁目・4丁目、小木町、田尻町 竹ヶ鼻町、神社港、下野町、馬瀬町、大湊町、御園町王中島・小林・上條新開・長屋・高向 (近鉄線路を挟み旧御園村側)</p> <p>【小俣店】対象地域(月・火・水) 小俣町明野・新村・相合・本町・宮前・元町・湯田、野村町、檜原町、磯町、東豊浜町 西豊浜町、有滝町、植山町、村松町、東大淀町、柏町、川端町、上地町、中須町、粟野町</p>
問合せ先	ぎゅーとらサービスセンター 0596-37-5500(10時~17時)
取扱店舗	二俣店 神田久志本店 藤里店 ハイジー店 小俣店
写真	
備考	①運転免許証を返納された方 ②障害者手帳をお持ちの方 ③ぎゅーとら店舗へ買い物に行くのが大変な方 ①②③のいずれかを満たすコロカカードをお持ちの人



**住民主体による
生活支援活動一覧
伊勢市全域**



独居高齢者や高齢者夫婦世帯など地域における生活支援等が必要な人に対し、地域住民等が訪問し、住民同士の支えあい活動としてちょっとした困りごと等のお手伝いを提供しています。



令和5年9月現在

	地区名	団体名	活動範囲
1	厚生地区	厚生地区まちづくりの会 生活お助け隊	本町 宮後 一之木 一志町 八日市場町 大世古 曾祢
2	佐八地区	佐八学区まちづくりの会 高齢者支援元気委員会	佐八町 津村町 大倉町(大倉うぐいす台含む)
3	佐八地区	佐八学区まちづくりの会 高齢者支援元気委員会 (大倉うぐいす台ちよこつと支援事業)	大倉うぐいす台
4	沼木地区	沼木まちづくり協議会 沼木お助け隊	上野町 いせ上野台 昭和苑 サンパークタウン 円座町 神園町 横輪町 矢持町
5	宮山地区	お助け隊	藤里団地自治会

No. 1	団体名	厚生地区まちづくりの会 生活お助け隊委員会		
	住所	伊勢市一之木2丁目9番13号 一之木ふれあいセンター内		
	活動範囲	本町 宮後 一之木 一志町 八日市場町 大世古 曾祢		
	活動内容	庭の草引き、片付け等の簡単な作業、窓ふき、衣類片付け、電球交換 ズボンの直し、レンジフード掃除、買い物代行、家具の移動等 その他相談に応じます		
	対象者	厚生地区内で日常の生活にお困りの方		
	利用料金	料金は、作業員1人1時間あたり700円となります。 (領収書をお渡しします) 実費(材料費など)が必要な場合があります		
	申込連絡先	TEL	080-8979-1582	FAX なし
	申込受付日/時間	火曜日～土曜日まで 午前10時～午後5時 上記連絡先へ		
	備考	<p>・依頼があれば「お助け隊」から有償ボランティアのメンバーがお伺いし下見を行います。作業する前には簡単な打合せをさせていただきます。</p>		

No.2	団体名	佐八学区まちづくりの会 高齢者支援元気委員会		
住所		大倉町1553番地61 大倉うぐいす台自治会公民館2階		
活動範囲		佐八町 大倉町（大倉うぐいす台含む） 津村町		
活動内容		草抜き、剪定、電球交換、家具運搬等		
対象者		佐八学区内の65歳以上の高齢者のみの世帯 高齢者と同居している家族が女性のみ 上記以外で、何らかの理由により支援が必要な方		
利用料		30分以内の作業500円 1時間あたり700円 1時間以上は30分毎に350円 残材処理に関して、焼却場への搬入は1回につき700円+車両使用料 車両使用料1km毎に30円 部品・材料等、領収書・請求書に基づき実費 依頼者が支援者に直接支払います。		
申込連絡先		TEL	事務局27-5003	FAX 27-5003
申込受付日/時間		月・水・金 午前9時～12時 午後1時～3時		
備考		<p>・事務局が依頼者と支援者をコーディネートします。</p> <p>《私たちがお手伝いします》</p> <p>手助けを必要とされる方は、ご連絡下さい。</p>  		

No.3	団体名	佐八学区まちづくりの会 高齢者支援元気委員会 (大倉うぐいす台 ちょこっと支援事業)		
住所	大倉町1553番地61 大倉うぐいす台自治会公民館2階			
活動範囲	大倉うぐいす台			
活動内容	簡単な掃除 ゴミ出し 資源ごみ出し 草抜き 花壇の手入れ 電球交換 家具の移動 ちょこっと体操 話し相手			
対象者	登録制(登録料、年会費は不要) 支援会員 うぐいす台在住で原則65歳以上の方 依頼会員 うぐいす台在住(65歳以上)で支援を必要とする方			
利用料	100円/10分以内 300円/30分以内 500円/1時間以内 依頼者が支援者に直接支払います。 利用時間 月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時 但し、ゴミ出しについては午前8時～8時30分			
申込連絡先	TEL	事務局27-5003	FAX	27-5003
申込受付日/時間	月・水・金 午前9時～12時 午後1時～3時			
備考	<p>活動時間は原則1時間以内。但し内容によっては2時間程度の活動もあります。車での送迎 調理 処方箋薬の受取 植木の剪定などは対応できません。事務局が依頼者と支援者をコーディネートします。</p> <div style="text-align: center; border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> 利用のしくみ(イメージ図) </div>			

No.4	団体名	沼木まちづくり協議会 沼木お助け隊		
住所	上野町823番地 旧沼木中学校内			
活動範囲	上野町 いせ上野台 昭和苑 サンパークタウン 円座町 神菌町 横輪町 矢持町			
活動内容	ゴミ出し、話し相手、植木剪定 草引き 草刈り等			
対象者	沼木地区内の65歳以上の高齢者のみの世帯 高齢者と同居している家族が女性のみ世帯 *上記以外で、何らかの理由により支援が必要な方			
利用料	30分/300円～ 依頼者が支援者に支払います。			
申込連絡先	TEL	事務局39-7240	FAX	39-7241
申込受付日/時間	月・水・金 午前9時～午後4時30分			
備考	<p>残材処理は焼却炉への搬入は1回1,000円(車両使用料を含む) 作業内容を話し合い日時と料金を見積もりします。 その他 部品・材料費などは実費とします。</p> <div style="text-align: center;">  <p>沼木まちづくり協議会 地域福祉委員会からのお知らせ 『沼木お助け隊』 始まります！ 令和5年3月スタート!!</p> <p>ちょっとした『困りごと』を少額料金でお手伝いします！ 料金など詳しくは、沼木まち協へお気軽にご相談ください！</p>  <p>布団が重たくて干せない！ 重たいもの移動が大変！ 草引きが大変！ スマホやパソコンで困ったら！ 話相手がほしい ゴミ出しが大変</p> <p>などなど！</p> </div>			

No.5	団体名	お助け隊		
住所		藤里町		
活動範囲		藤里団地内		
活動内容		草引きなど30分程度のお手伝い		
対象者		藤里団地住民で独居高齢者、高齡者世帯、その他必要と思われる方		
利用料		無料		
申込連絡先		TEL	自治会長（松本） 090-8862-0277 民生委員（田村） 090-3836-8880	FAX
申込受付日/時間		随時		
備考				

【お問い合わせ】

伊勢市福祉総合支援センター 第1層生活支援コーディネーター

TEL 21-5712 FAX 21-5555

東地域包括支援センター TEL 44-1165 FAX 43-4427

五十鈴地域包括支援センター TEL 20-5500 FAX 23-0101

北地域包括支援センター TEL 65-5070 FAX 65-5075

中部地域包括支援センター TEL 27-2424 FAX 27-241

南地域包括支援センター TEL 21-0080 FAX 22-6070

西地域包括支援センター TEL 20-5055 FAX 27-0570