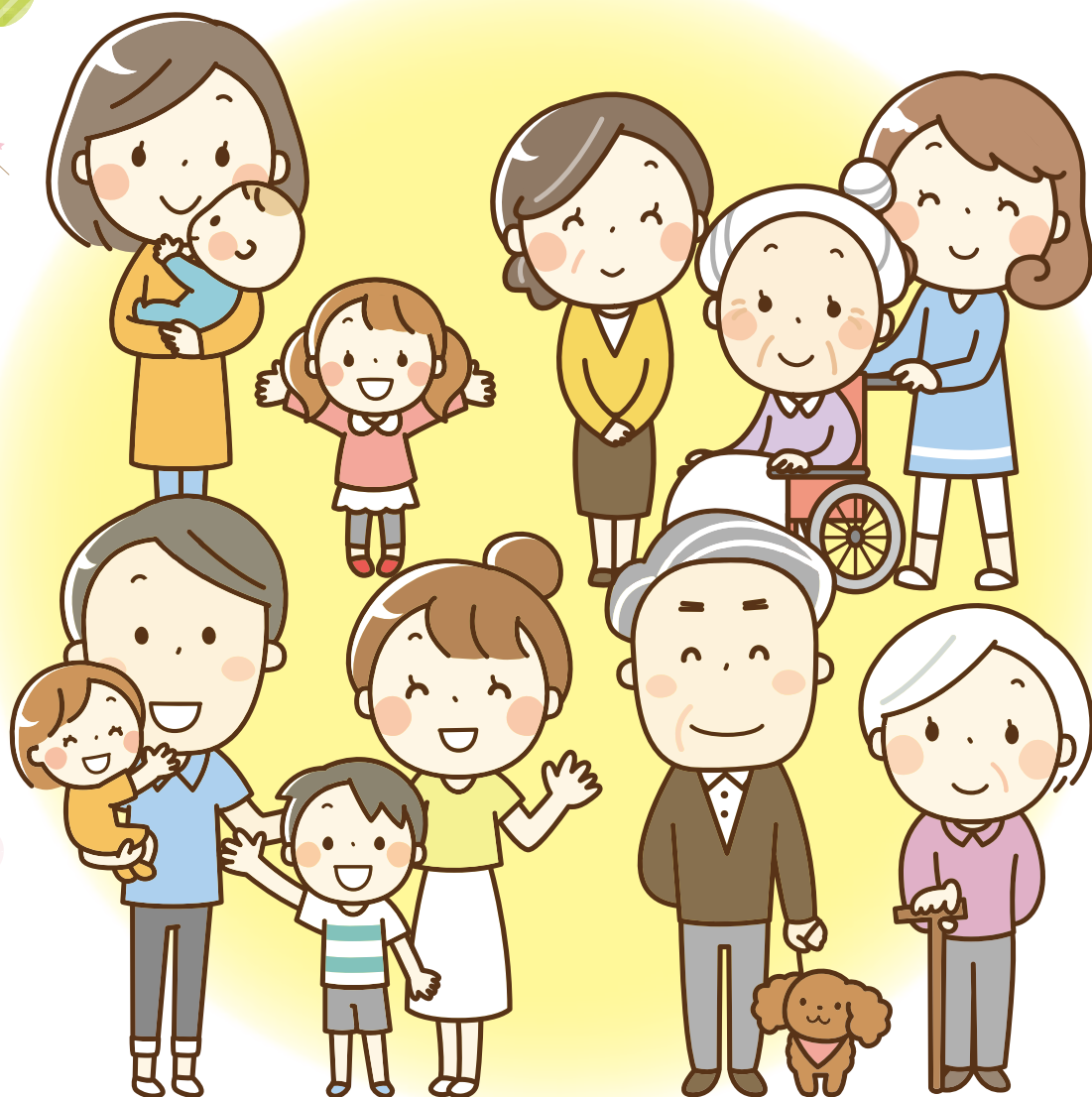


令和 7(2025)年度人吉市生活支援体制整備事業

ひとよし げんき生活便利帳

改訂版



人吉市
社会福祉法人 人吉市社会福祉協議会

目次

便利情報

生活支援(応援団)情報	P2
子ども食堂(地域食堂)・高齢者配食サービス情報	P3~4
バリアフリー情報	P5~8
暮らしの安心 早見表	P9

通いの場

各校区の通いの場	P11~14
デイサロン	P15
ころばん体操	P16

生活便利店

生活便利店一覧	P17
東校区	P18~20
西校区	P21~22
東間校区	P23~24
大畑校区	P25~26
西瀬校区	P27~28
中原校区	P29~31
移動販売	P32
買い物支援	P33

相談先

	P34
--	-----

生活支援体制整備事業

生活支援体制整備事業は、高齢になっても住み慣れた地域で自分らしく暮らせるように、介護保険法に基づき高齢者の介護予防と生活支援の充実に向けて取り組む事業です。地域ごとに生活支援コーディネーターを配置し、地域の方によって構成される協議体の協議を踏まえて事業を進めています。

便利情報

高齢者などの地域における在宅生活の役に立つ便利な情報を掲載しています。

校区社協が取り組んでいる生活支援(応援団)情報

校区社協	東校区	東間校区	西瀬校区	中原校区
名称	東校区互助委員会	ちょこっとサポート事業	にしぜ生活応援団	生活支援応援団
代表者	社協長 松永 筆子	社協長 竹田 文郎	社協長 中村 明公	支えあい部会長 釜場 美代子
担当者(SC)	松永 筆子	今林 正	橋本 敏子	竹下 久美
連絡先	080-1755-7360	070-4238-9670	080-2457-2343	080-2732-0433
対応する作業等 (主なものを例示)	ゴミ出し・分別 屋内外の掃除・草取り 相談・話し相手 電球・電池交換 灯油の補充など	-	室内掃除 庭掃除 窓拭き 代読など (ボランティアで 対応できるもの)	ゴミ出し・分別 室内掃除 買い物代行 庭の草取りなど
利用料金 (料金区分)	無料	-	30分まで100円	30分まで 100円(原則) 60分まで 200円(最大)
支払方法	-	-	1枚100円の チケットを事前購入	1枚100円の チケットを事前購入
注意事項 特記事項	庭の掃除、草取りは、30分以内でできる範囲	※令和8年度中の発足に向けて検討・準備中です。	対象者 ・75歳以上の高齢者のみの世帯 ・一人暮らしの障がい者など	対象者 ・高齢者または障がいをお持ちの方で日常生活に支援が必要と認められる方

※生活支援(応援団)事業とは、各校区社協が主体となって取り組んでいる互助事業で、地域住民(高齢者、障がい者など)の日常的な軽度の困りごとを無料または少額の利用料により代行する事業をいいます。

※SCとは「生活支援コーディネーター」のことで、介護保険事業のうち生活支援体制整備事業を地域において推進し、高齢者が暮らしやすい環境づくりを目的に活動しています。

子ども食堂(地域食堂)情報

施設名	さくら無料塾・子どもカフェ	ニコニコ食堂ひとよし	ひだまりごはん (社会福祉法人グリーンコープ)
代表	鳥飼 香代子	樺山 富美代	松田 亜希子
電話	080-3909-5717	090-1344-3436	0966-32-8887
開催場所	紺屋町 22 町中縁がわさくら	灰久保町 3-1 ミニコープ人吉 2F	上新町 396-36 グリーンコープ内ヒトヒレハウスいっこ 子どもの居場所ひだまり
開催日	毎週水曜日 16:00~	毎月第3土曜日 16:00~17:30	毎週水・金曜日 16:30~18:00
参加費	子ども無料	子ども無料 大人 200 円	子ども無料 大人 300 円
事前予約	-	-	不要

施設名	つなぐ放課後の子どもの居場所 (こどもプレイス・つなぐ)	ニコニシ食堂 (西校区社会福祉協議会)	お弁当プロジェクト
代表	岡本 麻美	中野 富美子	中野 富美子
電話	090-2854-7660	090-9607-7204	090-9607-7204
開催場所	下新町 313-1 他 こどもプレイス・つなぐ	駒井田町 1057-11 ニコニシ支え合いセンター (西校区社会福祉協議会)	駒井田町 1057-11 ニコニシ支え合いセンター (西校区社会福祉協議会)
開催日	毎月第4日曜日 10:00~12:00	毎月第4土曜日 15:00~16:30	毎月第2火曜日 15:00~16:30
参加費	子ども・大人無料 イベント参加は 100 円	子ども無料 大人 200 円	-
事前予約	当日朝8時までに電話	原則は予約	原則は予約

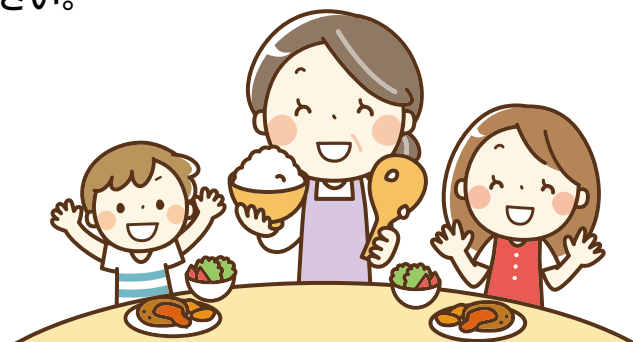
施設名	地域の縁がわ みんなの森	みんなのこども食堂 (ひまわり保育園)	アヴニール・キッチン
代表	吉田 和子	椎葉 貞子	永田 政司
電話	090-2514-0990	0966-23-5396	0966-23-0504
開催場所	鶴田町 31-6 樹想館敷地内	瓦屋町 1848 ひまわり保育園旧園舎	上漆田町 3453 アヴニールおこばこども園
開催日	毎月第4土曜日 11:30~13:00	毎月第2土曜日 11:30~13:00	毎月第2・4土曜日 9:00~12:00
参加費	子ども無料 大人 300 円	子ども無料 大人無料	子ども無料 大人 100 円
事前予約	-	要予約ですが当日も OK	3日前までに電話

施設名	みちくさ広場	おしゃべり食堂 (人吉コミュニティ事務局にじのおと)	なかよしランチ
代表	岩本 美智子	松田 亜希子	西 洋子
電話	080-5604-6648	090-5380-5389	090-2855-8923
開催場所	下薩摩瀬町 743-3	下薩摩瀬町地域学習センター または西瀬校区コミセン	下原田町 2136 中原校区コミセン
開催日	毎月第2日曜日・第4水曜日 11:00~13:00	毎月第3金曜日 17:00~19:00	毎月第3日曜日 11:30~13:30
参加費	子ども 10円 大人 200円	子ども無料 大人 100円	子ども 10円 大人(保護者) 200円
事前予約	-	不要	不要

高齢者配食サービス情報

施設名	東間校区老人給食	中原校区老人給食
代表	鶴田 和子	福田 貞子
電話	080-8395-4620	0966-24-7656
開催場所	蟹作町 1531-1 東間校区コミセン	下原田町荒毛 2136 中原校区コミセン
開催日	毎月第1・3月曜日 (7・8月は休み)	毎月第2水曜日 (7・8月は休み)
参加費	校区の高齢者等 400円	校区の高齢者・障がい者等で 必要と認められた者 350円
事前予約	事前登録必要	事前登録必要

※開催場所、開催日、参加費等は、変更になる場合があります。利用される場合は、それぞれの施設にご確認ください。



バリアフリー情報

東校区

<p>人吉税務署</p> <p>寺町 20-1 TEL:23-2311</p> <p>    </p>	<p>人吉医療センター</p> <p>老神町 35 TEL:22-2191</p> <p>     </p>	<p>豊永耳鼻咽喉科医院</p> <p>南泉田町 120 TEL:22-2122</p> <p>    </p>
<p>イスミ本店</p> <p>九日町 87 TEL:22-4316</p> <p>   </p>	<p>お茶の三翠園</p> <p>鬼木町 794-1 TEL:22-1188</p> <p>  </p>	<p>Books Misumi 人吉店</p> <p>鬼木町 640-3 TEL:22-7890</p> <p>   </p>
<p>ファミリーマート人吉インター店</p> <p>鬼木町 611-13 TEL:34-4580</p> <p>  </p>	<p>ファミリーマートサンロード土手町店</p> <p>土手町 26-1 TEL:24-3533</p> <p> </p>	<p>人吉城跡ふるさと歴史の広場公衆トイレ</p> <p>麓町 18-4</p> <p>  </p>
<p>熊本県労働金庫人吉支店</p> <p>中青井町 316-6 TEL:23-2277</p> <p>    </p>	<p>人吉郵便局</p> <p>上青井町 134-4 TEL:0570-943-807</p> <p>   </p>	<p>青井阿蘇神社</p> <p>上青井町 118 TEL:22-2274</p> <p>  </p>
<p>人吉温泉物産館</p> <p>上青井町 120-4 TEL:22-1123</p> <p>   </p>	<p>スーパーキッド人吉店</p> <p>瓦屋町 1843 TEL:28-3825</p> <p>   </p>	<p>ロッキースーパーストア人吉店</p> <p>瓦屋町 1713-1 TEL:22-8778</p> <p>   </p>
<p>ローソン駒井田町店</p> <p>駒井田町 226-54 TEL:26-3008</p> <p></p>	<p>ファミリーマート人吉鶴田店</p> <p>鶴田町 865-1 TEL:34-3655</p> <p></p>	<p>ビジネスホテル八和</p> <p>中青井町 321-1 TEL:22-1588</p> <p>    </p>

西校区



バリアフリー
トイレ



優先駐車場



スロープまたは
段差なし



自動ドア



エレベーター



AED

<p>清風薬局人吉店</p>	<p>さくら調剤薬局人吉店</p>	<p>清流山水あゆの里</p>
<p>土手町 41-3 TEL:23-4258</p>	<p>土手町 37 TEL:24-7851</p>	<p>九日町 30 TEL:22-2171</p>
<p></p>	<p> </p>	<p> </p>
<p>ホームセンタートクマル</p>	<p>HASSENBA</p>	<p>セブン-イレブン人吉五日町店</p>
<p>願成寺町 538-1 TEL:24-8484</p>	<p>下新町 333-1 TEL:22-5555</p>	<p>五日町 53-1 TEL:24-3606</p>
<p> </p>	<p> </p>	<p></p>
<p>ひとよし森のホール</p>	<p>球磨病院</p>	<p>人吉中央温泉病院</p>
<p>駒井田町 190-6 TEL:22-4077</p>	<p>上青井町 176 TEL:22-3121</p>	<p>上青井町 170-1 TEL:24-2854</p>
<p> </p>	<p> </p>	<p> </p>
<p>セブン-イレブン人吉下青井町店</p>	<p>セブン-イレブン人吉鶴田町店</p>	<p>セブン-イレブン人吉瓦屋町店</p>
<p>下青井町 90-6 TEL:22-5011</p>	<p>鶴田町 137-1 TEL:22-3510</p>	<p>瓦屋町 1164-1 TEL:24-3553</p>
<p></p>	<p> </p>	<p> </p>

バリアフリー情報

東間校区	球磨地域振興局 西間下町 86-1 TEL:24-4112 	人吉警察署 西間下町 1014 TEL:24-4110 	人吉市役所 西間下町 7-1 TEL:22-2111 
	たかみや医院 西間上町 2563-7 TEL:24-5611 	さくら調剤薬局西間店 西間上町 2574-2 TEL:22-8850 	ホテル華の荘 東間下町字米山 3316 TEL:22-1126 
	大畑郵便局 大畑町 4086-2 TEL:23-0020 		
大畑校区	人吉カルチャーパレス 下城本町 1578-1 TEL:24-3311 	人吉スポーツパレス 下城本町 1566-1 TEL:22-1688 	球磨公共職業安定所 下薩摩瀬町 1602-1 TEL:24-8609 
	みなみ眼科 下城本町 1394-1 TEL:22-6820 	たかはし小児科内科医院 相良町 8-1 TEL:24-2222 	人吉こころのホスピタル 下城本町 1501 TEL:22-4051 
	ひまわり薬局 宝来町 1284-3 TEL:22-1023 	ゆめマート人吉店 上薩摩瀬町 880 TEL:22-1631 	au ショップ人吉店 下薩摩瀬町 1597-2 TEL:24-8815 
西瀬校区	医療法人回生会 堤病院 下林町 232 TEL:22-0200 	翠嵐楼 温泉町 2461-1 TEL:23-2361 	スーパーセンターニシムタ人吉店 下林町 30-1 TEL:22-0211 
	中原校区		



バリアフリー
トイレ



優先駐車場



スロープまたは
段差なし



自動ドア



エレベーター



AED

人吉市保健センター 西間下町 118-1 TEL:24-8420	人吉市総合福祉センター 西間下町 41-1 TEL:24-9192	人吉皮膚科医院 西間上町 2386-8 TEL:22-6211
セブン-イレブン人吉蟹作店 蟹作町 1110-1 TEL:24-0103	セブン-イレブン人吉西間上町店 西間上町 2520-2 TEL:22-0257	
JA くま人吉支所 上薩摩瀬町 861-1 TEL:28-3030	小林脳神経外科医院 宝来町 1285-5 TEL:24-8331	平井整形外科医院 下城本町 1422-1 TEL:24-8213
ふかみ耳鼻咽喉科 宝来町 16-10 TEL:24-1126	エスエス堂薬局城本店 下城本町 1435-2 TEL:22-0337	宝来調剤薬局 宝来町 80-3 TEL:22-6884
ホームプラザナフコ人吉店 上薩摩瀬町 1458-1 TEL:24-2730	ローソン人吉相良町店 相良町 1011-3 TEL:22-2841	
セブン-イレブン人吉下林店 下林町字佐ブ川 20-2 TEL:22-8131	セブン-イレブン人吉下原田店 下原田店字瓜生田 493 TEL:22-0301	

暮らしの安心 早見表

しる きく はなす

	けんりようご 権利擁護	せいねんこうけん 成年後見	あんしん生活サポート サービス+任意後見
通帳類の預かり、生活費等のお届け、定期的な連絡・訪問【利用料、負担いただく額等】	できます 生活費お届け等は1回 1,200円～(生活保護世帯は無料)	できます 年に1回、裁判所が決めた額を負担して下さい(助成制度あり)	できます 費用面については別途ご相談下さい
どのような人が利用できるか 契約・申込するのは誰か	(判断能力に不安がある方) 契約するのは本人	(判断能力が低下している方) 制度利用申立は本人・親族、本人・親族ができない場合は市町村長	(判断能力があるうちから契約可能) 契約するのは本人
医療や福祉サービスの手続き、契約が難しい場合は	わかりやすく説明します		
	契約するのは本人	あなたに代わって後見人等が対応	本人と契約した内容どおりに任意後見人が対応
入所や入院、転居等の手続き	本人・親族(長期入院・入所の場合、権利擁護事業の利用の契約が解約となる)	あなたに代わって後見人等が対応 ただし、身元保証人や連帯保証人になることや医療行為等への同意はできません	
よくわからないまま いらぬものを買わ されそうになった 場合は	買うか買わないか一緒に考えますが、まちがって買ったときは		
	解約するのは本人	あなたに代わって後見人が解約の手続き	解約するのは本人
物忘れが多くて お金をついつい 使ってしまう場合は	お金の使い方を一緒に考えます 家賃や光熱水費、税金等の支払いを手伝います あなたに代わって支払いに行くこともできます		
残されたお金や家などを どうしてよいのかわからない場合は	本人に各種相談会をご案内します	あなたと一緒に考えます 必要であれば、相続の手続きや、裁判所に相談のうえ土地や建物を売るお手伝いをします	
亡くなった後の 手続き	できません 親族での対応をお願いします	できません 事前に親族や葬儀会社等との調整はできません	死後の事務手続きを契約していればできます

地域での集まりや研修、茶話会等のご相談もお気軽に！
費用は無料、資料もこちらで全て用意できます。

人吉球磨成年後見センター ☎ 0966-24-8800

通いの場

ひとりじゃなかよ
となりも誘って
よっていかんね
しにあの集まり！

「通いの場」は、地域に住む高齢者が気軽に集い、さまざまな活動や
触れ合いを通して、日々の生活に健康づくりと活気を取入れてもらう場
です。

毎日いきいきと過ごすために、あなたの地域の「通いの場」を見つけ
てぜひ参加してみませんか。



ひとよし通いの場

東校区	1   子どもの居場所 ひだまり ヒトヒレハウス いっとこ 毎週火～金曜 14時～18時 子どもから高齢者まで	2    ミモザの会 南願成寺町地域学習センター 第2・4月曜 10時	3  南願GG愛好会 下新町公園 毎週火・木・土曜 12時30分 町内の方のみ
	7  願成寺グラウンドゴルフ愛好会 梢山公園 毎週火・木・金曜 8時30分	8  天神さんの落ち葉拾い 菅原天満宮 (南泉田町) 第2日曜 9時	9  天神さんの落ち葉拾い  シニアクラブ 菅原天満宮 (南泉田町) 第4日曜 9時
	13    笑話の会 鬼木町内会館 第2木曜 13時30分	14   七日町いきいきサロン 七日町会館 第2・4月曜 9時30分	15  新町グラウンドゴルフ愛好会  シニアクラブ 第一中学校サブグラウンド 毎週月・水・木曜 8時
西校区	2  グラウンドゴルフ愛好会 井ノ口八幡宮 毎週火・木・土・日曜 9時30分	3    よけまん会 合ノ原町公民館 第3月曜 10時	4  合友会グラウンドゴルフ  シニアクラブ 合ノ原町内運動場跡地 毎週火・木・土曜 13時30分
	8   鶴亀会  シニアクラブ 鶴田町会館 毎月10・20日 10時	9   グラウンドゴルフ愛好会(鶴田町) 山田川河川敷公園 ほぼ毎日 8時30分	10   わかめ会(城本町)  シニアクラブ 修成館 第2・4木曜 10時
東間校区	1   ころばん体操 東間コミュニティセンター 第4土曜 9時	2    西間上町ころばん体操 西間上町公民館 月2回木曜 9時30分	3    高砂会月例会  シニアクラブ 西間下町公民館 第2月曜 10時
	7  浪床グラウンドゴルフ同好会 中尾観音堂近くの広場 毎週水・金・土・日曜 9時	8   松寿会 七地町公民館 不定期	9   松寿会 七地町公民館 毎週月・水・金曜 8時30分
	13   赤池水無えんがわサロン 赤池水無町公民館 月1回 不定 10時	14  赤池水無グラウンドゴルフ  シニアクラブ 赤池水無町公民館 毎週月・木曜 13時	15  グラウンドゴルフ 赤池水無町外園公民館 毎週火・土曜 13時
	19   隣々クラブ 古仏頂町公民館 第1・3金曜 14時	20   西間下町ハッピーサタディ 西間下町公民館 第2・3土曜 9時30分	



ころばん体操



体操・脳トレ



グラウンドゴルフ
ゲートボール



カラオケ



























レクリエーション



茶話会



その他

<p>4  ころばん体操</p> <p>北願成寺町公民館 第2木曜 10時</p>	<p>5  歩き部 シニアクラブ</p> <p>北願成寺町内一円 集合：北願成寺町公民館 第3水曜 9時</p>	<p>6  カラオケ シニアクラブ</p> <p>北願成寺町公民館 第2・4水曜 13時30分～</p>
<p>10  緑泉会 万打会(南泉田町) シニアクラブ</p> <p>①東小学校 毎週土・日曜・祝 8時 ②下新町公園 毎週火・木曜 8時 他町内からも参加可</p>	<p>11  寿会 シニアクラブ</p> <p>鬼木町内会館 随時</p>	<p>12  グラウンドゴルフ(鬼木町) シニアクラブ</p> <p>①木末神社下の広場(鬼木町) 毎週月・水・土曜 9時 ②第一市民運動広場 第2・第4木曜 9時</p>
<p>16  しあわせ会(南寺町)</p> <p>第一中学校サブグラウンド 毎週火・木曜 8時</p>	<p>17  下新町ふれあいの家 シニアクラブ</p> <p>下新町ふれあいの家 毎週水曜 13時</p>	<p>1  ニコニシカフェ</p> <p>ニコニシ支え合いセンター 第4木曜 10時</p>
<p>5  合友会輪投げ シニアクラブ</p> <p>合ノ原町公民館 第2・第4金曜 10時</p>	<p>6  御治会(オハルカイ) シニアクラブ</p> <p>第一市民運動広場 毎週月・水・金曜 8時30分</p>	<p>7  縁がわサロン「かたらんねー」</p> <p>修成館 第2・3火曜 10時</p>
<p>11  駒六会(駒井田町・瓦屋町)</p> <p>第一市民運動広場 毎週月～金曜 8時</p>	<p>12  二条橋サロン</p> <p>二条橋 いこいの家 第1・3水曜 10時</p>	<p>13  地域の縁がわサロン「青井さん」</p> <p>下青井町会館 毎月(不定期) 10時 毎月誕生会/6月賀寿祝い/12月クリスマス会 1月新年会/清掃活動(年3回、1回は花火大会後)</p>
<p>4  西間下町高砂会 シニアクラブ</p> <p>第一中学校サブグラウンド 毎週月・水・金曜 9時30分～12時</p>	<p>5  グラウンドゴルフ シニアクラブ</p> <p>東間上町内グラウンドゴルフ場 毎週月・水・金曜 9時</p>	<p>6  寿会 シニアクラブ</p> <p>東間上町公民館 第2水曜 9時30分</p>
<p>10  シニア会グラウンドゴルフ愛好会</p> <p>蓑野遊園地 毎日 8時30分</p>	<p>11  万年青会 シニアクラブ</p> <p>蟹作町公民館 毎月10日 10時</p>	<p>12  グラウンドゴルフ愛好会 シニアクラブ</p> <p>蟹作町内広場(川上球場東側) 毎週月～金曜 夏7時30分 冬12時30分</p>
<p>16  外園会 シニアクラブ</p> <p>赤池水無町外園公民館 不定期</p>	<p>17  古仏頂サロン</p> <p>古仏頂町公民館 第2・4月曜 10時</p>	<p>18  G・Gクラブ シニアクラブ</p> <p>古仏頂遊園地 毎週火・木・土曜 夏8時30分 冬9時</p>

※ 日程、場所などが変更される場合があります。ご確認ください。

※ **シニアクラブ** の記載がある通いの場合は基本的にシニアクラブに入会されている方が対象です。

ひとよし通いの場

大畑校区	1 グラウンドゴルフ同好会 	2 ゲートボール同好会(大畑町) 	3 笑っておしゃべり元気会 
	大畑小学校 毎週日曜 8時	山神社 毎週水曜 8時	大畑町公民館 第1木曜 11時30分
	7 みんなで楽しく語ろう会  	8 楽々会  	
	東漆田町公民館 毎月第3木曜 10時	岳寿館(矢岳町) 第2・4金曜 9時30分	
西瀬校区	1 西瀬校区グラウンドゴルフ愛好会  	2 長生会   	3 延寿会サロン   
	西瀬コミュニティセンターグラウンド 毎週月～土曜 夏9時 冬13時	矢黒公民館(矢黒神社・毘沙門堂) 第1日曜 清掃8時30分 例会10時	相良町公民館 毎月10日 10時
	7 グラウンドゴルフ愛好会  	8 グラウンドゴルフ愛好会(下城本町)   	9 親生会   
	下薩摩瀬町多目的広場 (地域学習センター裏) 毎週火・木・土・日曜 夏8時30分 冬9時	スポーツパレスグラウンド 毎週月・水・金・日曜 夏9時 冬10時	下城本公民館 毎月10日 10時
中原校区	1 白寿会  	2 うぐいす会   	3 グラウンドゴルフ練習  
	上林町1区公民館 毎月6日 9時	上林町1区公民館 第3木曜 13時	第一市民運動広場 週4回 13時30分
	7 瓜生田ころばん会   	8 にこにこサロン  	9 よけまん広場   
	瓜生田地域学習センター 第2金・第4月曜 10時	堀町内公民館 第2火曜 10時	上原田活性化センター 毎月第2木曜 10時 第3木曜 13時

※ 日程、場所などが変更される場合があります。ご確認ください。

※  の記載がある通いの場は基本的にシニアクラブに入会されている方が対象です。

◆人吉市老人クラブ連合会(人吉シニアクラブ)

各地域でクラブ活動を行っています。いきいきとした生活を楽しみ、和気あいあい心をかよわせ、社会とつながる活動を行っています。ぜひ一緒に活動しませんか。

事務局：カルチャーパレス1階 連絡先:23-3927



ころばん体操



体操・脳トレ



グラウンドゴルフ
ゲートボール



カラオケ



レクリエーション



茶話会



その他

4 寿会 シニアクラブ 	5 よこわんな 	6 上漆田茶花会
大畑麓町公民館 第2金曜 9時	大畑麓町公民館 奇数月最終金曜 10時	上漆田町公民館 毎月最終日曜 10時 お子さんも参加可

4 高千穂会 シニアクラブ 	5 下薩摩瀬町にここサロン 	6 満月会 シニアクラブ
上薩摩瀬町公民館 毎月10日 10時	下薩摩瀬町地域学習センター 第3・4金曜 10時	下薩摩瀬町地域学習センター 毎月10日 10時
10 上永野薬師堂 	11 水曜会 シニアクラブ 	
上永野薬師堂 随時	西瀬コミュニティセンター 鹿目分館※雨天時 公民館 毎週水曜 9時	
4 乙女の会 	5 長寿会 シニアクラブ 	6 交友会月例会 シニアクラブ
個人宅(温泉町) 不定期	段地域学習センター 毎月20日 10時	中神町馬場公会堂 毎月15日 9時30分
10 上原田グラウンドゴルフ愛好会 	11 中神町城本 GG 	
上原田活性化センター 月～土曜(雨天以外) 夏8時 冬8時30分	中神町城本GG場 月～土曜 8時10分	

◆認知症カフェ (Dカフェ青い鳥)

認知症の方やそのご家族、地域住民の方、認知症に関心のある方など誰もが気軽に集い、おしゃべりをするなどリラックスできる場所として開催される憩いの場です。参加費100円

- ・カフェ 第2水曜 11:00～14:00 二条橋いこいの家(上青井町181番地)
- ・すずめの学校 第4水曜 10:00～12:00

デイサロン

家に閉じこもりがちな高齢者を対象に、公民館等住み慣れた地域を拠点に、地域の福祉関係者やボランティアの方々の協力を得ながら、楽しい仲間作り、健康増進・介護予防の事業として運営しています。筋トレ・ストレッチ・脳トレなど、介護予防や体力作りに力を入れています。

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
第1週	南願成寺町 地域学習センター	浪床町公民館	西間下町公民館	新町町内会館	鬼木町会館
	上戸越町公民館	鶴田町会館	上漆田町公民館 (偶数月)	下城本町公民館	中神町段 地域学習センター
	蓑野町公民館	修成館	中神町城本 地域学習センター	紺屋町会館	下原田町瓜生田 地域学習センター
			下原田町西門 地域学習センター	大畑町公民館	大畑麓町公民館
第2週	合ノ原町公民館	七地町公民館	東間上町公民館	下田代町公民館	南泉田町 菅原天満宮社務所
	木地屋町公民館	蟹作町公民館	下青井会館	上薩摩瀬町公民館	井ノ口町公民館
	下漆田町公民館	赤池水無町公民館	上林町一区公民館	下原田町嵯峨里 公民館	下林町前村公民館
	相良団地集会所		中神町段 地域学習センター	下薩摩瀬町 地域学習センター	北泉田町会館
第3週	七日町会館	大畑麓町公民館	上田代町公民館	田町 地域学習センター	北願成寺町公民館
	中青井会館	下原田町羽田 公民館	西間上町公民館	蓑野町公民館	中林町公民館
	中神町小柿公民館	下原田町堀公民館	新町町内会館	上原田 活性化センター	中神町馬場公会堂
	下原田町瓜生田 地域学習センター	紺屋町会館	下原田町西門 地域学習センター	下城本町公民館	鬼木町会館
第4週	古仏頂町公民館	修成館	矢岳町岳寿館	赤池水無町公民館	相良町公民館
	大野町公民館	矢黒町公民館	西間上町公民館	下原田町堀公民館	永野町公民館
	上林町一区公民館	中神町小柿公民館	鍛冶屋町会館	西間下町公民館	下林町前村公民館
	井ノ口町公民館	合ノ原町公民館	東間上町公民館		鶴田町会館

※開催時間：午前10時ごろ～正午

※事前の申し込み不要、どこでも利用可能、直接会場におこしてください。

※利用料：無料

〈問い合わせ〉人吉市社会福祉協議会 ☎24-9192

★人吉ころばん体操 取組団体を募集★

「住み慣れた地域でいつまでも元気に暮らしたい！」

そのためには介護が必要な状態にならないよう、一人ひとりがいきいきとした生活を続けること、そしてご近所同士で支え合える地域づくりが大切です。

身体も心も元気になる!さらに、支え合える仲間ができる!そんな地域づくりのきっかけとなる【人吉ころばん体操】をはじめませんか。

市では、【人吉ころばん体操】に取り組む団体を、さまざまなかたちで支援します!

『人吉ころばん体操』とは…

①全国で介護予防効果が出ている

「いきいき百歳体操」

②歌とともに楽しみながら動ける

「あるある体操」の2本立てで

約40分のDVDを見ながらイスに座ってできる簡単な体操です。



立ち上げを サポート します

- ・ 初回～3回目までの運営サポート
- ・ 体操のDVD配布
- ・ 体力測定(年1回)
- ・ リハビリ専門職による体操指導(年1回)
- ・ 脳いきいきプログラム、講師による現地指導
- ・ 補助金 上限12,000円(条件あり)

●問い合わせ：人吉市役所 高齢者支援課 0966-22-2111(内1212)

生活便利店

校区ごとに「食料品・日用品」「理美容」「燃料関係」に分けて、高齢者などの日常生活に便利な配達、送迎などの対応が可能なお店を紹介しています。

ご利用の際は、事前に配達、送迎などの対応が可能な地域、条件などについて、お店にご確認ください。

食料品・日用品

店名	校区	町内	掲載ページ
東紙店	東	鍛冶屋町	18
中村米穀店	東	七日町	18
吉本肉店	東	紺屋町	18
ふじき本店(人吉店)	東	紺屋町	18
(資)釜田醸造所	東	鍛冶屋町	18
立山商店	東	鍛冶屋町	19
ひがき肉店	東	灰久保町	19
緑屋本店	東	北願成寺町	19
ホームセンタークマル	東	願成寺町	19
グリーンコープ生協くまもとキープ&ショップ人吉	東	上新町	19
マルミツ青果	西	下青井町	21
(資)井手商店	西	駒井田町	21
ライフデリ人吉	東間	西間下町	23
おかずやCOCORO(こころ)	東間	西間下町	23
田村商店	大畑	大畑町	25
アヴニール・キッチン	大畑	上漆田町	25
西本酒店	西瀬	矢黒町	27
池田商店	中原	下原田町荒毛	29
上竹商店	中原	下原田町羽田	29
あらいどころ	中原	下林町	29

燃料関係

店名	校区	町内	掲載ページ
(株)ウエハラ	東	七日町	20
多良木石油矢黒給油所	東間	西間下町	24
味岡石油矢黒給油所	東間	西間下町	24
イワタニ南九州(株)人吉営業所	大畑	下漆田町	26
(有)青井運送 人吉給油所	大畑	下漆田町	26
人吉給油所(日本梱包資材㈱矢田通商部)	西瀬	宝来町	28
人吉石油	西瀬	上薩摩瀬町	28
JAくま人吉給油所	西瀬	上薩摩瀬町	28

理美容

店名	校区	町内	掲載ページ
ヘアギャラリーモード	東	灰久保町	20
あき美容室	東	鬼木町	20
ヘアサロンヤマシタ	東	七日町	20
Hair make La Chic	東	願成寺町	20
パーマハウスけいこ	東	願成寺町	20
ハッピー美容室	東	北泉田町	20
裕雨子理容	西	鶴田町	21
京美容室	西	鶴田町	21
SASO HAIR	西	中青井町	22
エステ&ヘア(有)クラウン	西	瓦屋町	22
ビューティースポットクレヨン	西	瓦屋町	22
Uブランド	東間	西間上町	23
ヘアサロンS room	東間	東間上町	23
カットハウス マコト	東間	西間下町	24
東裕子理容店	大畑	下漆田町	25
京都美容室	西瀬	上薩摩瀬町	27
Caramel.	西瀬	相良町	27
美容室A and M	西瀬	上薩摩瀬町	27
ヘア&リラクゼーションジュリアーノ	西瀬	下戸越町	28
ヘアサロン ミキ	中原	下原田町瓜生田	30
よかとこや	中原	下原田町	30
ヘアサロン S	中原	下原田町	30
理容 迫田	中原	下林町	30
ヘアサロン ヒラタ	中原	下林町	30
カットハウス タナカ	中原	下林町	30
ヘアサロン こすもす	中原	下原田町荒毛	31



【東校区】

食料品・日用品店

店名	内容	配達可能な区域
東紙店 鍛冶屋町 26-4 ☎22-5070	〈営業時間〉 月曜～金曜 9:00～18:30 土曜 9:00～18:00 祭日 9:00～17:00 〈定休日〉 日曜 〈配達内容〉 文具や印刷した年賀状を配達 〈支払方法〉 現金	人吉市内 ※山間部は不可
中村米穀店 七日町 60 ☎22-2777	〈営業時間〉 9:00～18:00 〈定休日〉 日曜 〈配達内容〉 お米を配達 配達手数料 無料 〈支払方法〉 現金	人吉市内 ※山間部は不可
吉本肉店 紺屋町 123 ☎22-4347	〈営業時間〉 8:00～17:00 〈定休日〉 日曜 〈配達内容〉 精肉、揚げ物を配達 配達手数料 有料 配達は 10:00～ 〈支払方法〉 現金 〈その他〉 揚げ物は食堂が混んでいない時に対応	人吉市内 ※山間部は不可
ふじき本店(人吉店) 紺屋町 16 ☎22-2037	〈営業時間〉 13:00～21:00 〈定休日〉 日曜 〈配達内容〉 お酒、食料品(お米・調味料等)を配達 配達手数料 無料 配達は 13:00～21:00 〈支払方法〉 現金、クレジット決済 〈その他〉 LINE 注文可	人吉市内 ※山間部は不可
(資)釜田醸造所 鍛冶屋町 16 ☎22-3164	〈営業時間〉 8:30～18:30 〈定休日〉 日曜、お盆、年末年始 〈配達内容〉 店内商品(味噌・醤油加工食品)を配達 配達手数料 無料 配達は 9:00～17:00 〈支払方法〉 現金	人吉市内 ※山間部は不可

【東校区】

食料品・日用品店

店名	内容	配達可能な区域
立山商店 鍛冶屋町 43 ☎22-2566	〈営業時間〉 8:30～17:30 〈定休日〉 日曜、祝日 〈配達内容〉 お茶や椎茸を配達 配達手数料 無料 ※一部 有料 〈支払方法〉 現金	人吉市内 ※山間部は不可
ひがき肉店 灰久保町 16-9 ☎22-3721	〈営業時間〉 8:00～17:00 〈定休日〉 日曜 〈配達内容〉 お肉を配達 配達手数料 無料 〈支払方法〉 現金	人吉市内 ※山間部は不可
緑屋本店 北願成寺町 1411 人吉総合食品団地内 ☎22-5254	〈営業時間〉 8:30～17:30 〈定休日〉 土曜、日曜 〈配達内容〉 調味料全般を配達 配達手数料 無料 〈支払方法〉 現金	人吉市内 球磨郡内
ホームセンター トクマル 願成寺町 539-1 ☎24-8484	〈営業時間〉 8:00～18:00 〈定休日〉 火曜 〈配達内容〉 店内商品(雑貨・工具・園芸・ 調味料等)を配達 配達手数料(220円～) 〈支払方法〉 現金	人吉市内 錦町内
グリーンコープ 生協くまもと キープ&ショップ人吉 上新町 396-3 ☎32-9756	〈営業時間〉 火曜～木曜 11:00～18:00 金曜 11:00～17:00 〈定休日〉 土曜、日曜 〈配達内容〉 注文配達のみ 〈支払方法〉 口座振替 〈その他〉 週替わり弁当(火～金)、惣菜 弁当は前日まで注文 1食 600円で店頭販売 〈災害支援移動販売①〉 水曜 11:00～13:00 頃 あやめ団地 相良団地 西間第1、第2団地 〈災害支援移動販売②〉 金曜 15:00 頃 下原田第1団地 下原田第3団地	人吉市内

【東校区】

理美容

店名	内容
ヘアギャラリーモード 灰久保町 2-5 ☎23-6004	〈営業時間〉 9:00～18:00 〈定休日〉 月曜、第1日曜、第3火曜 〈支払方法〉 現金、PayPay 〈その他〉 送迎(無)、店内バリアフリー
あき美容室 鬼木町 924-5 ☎24-7304	〈定休日〉 月曜、第1日曜 〈支払方法〉 現金 〈その他〉 送迎(有)
ヘアサロンヤマシタ 七日町 31-5 ☎22-5575	〈営業時間〉 9:00～18:00 〈定休日〉 月曜、第1日曜 〈支払方法〉 現金 〈その他〉 近くのみ送迎(有)、店内バリアフリー
Hair make La Chic 願成寺町 476-7 ☎23-5259	〈営業時間〉 9:00～18:00 〈定休日〉 月曜 〈支払方法〉 現金、PayPay 〈その他〉 送迎(有)、出張(有)、予約制
パーマハウスけいこ 願成寺町 446-5 ☎22-7767	〈営業時間〉 9:00～17:00 〈定休日〉 月曜、第1・3日曜 〈支払方法〉 現金 〈その他〉 送迎(有)、出張(有)、店内バリアフリー、予約制
ハッピー美容室 北泉田町 204-5 ☎24-1650	〈営業時間〉 8:00～19:00 〈定休日〉 月曜 〈支払方法〉 現金 〈その他〉 近くのみ送迎(有)、出張(有)、状況に応じて

燃料関係

店名	内容	配達可能な区域
(株)ウエハラ 七日町 31 ☎22-3627	〈営業時間〉 8:30～17:00 〈定休日〉 土曜、日曜、祝日 〈配達内容〉 灯油を2缶から配達 配達手数料(330円) 〈支払方法〉 現金	人吉市内(基本) ※詳しくは電話にてご相談

【西校区】

食料品・日用品店

店名	内容	配達可能な区域
マルミツ青果 下青井町 59 ☎23-6559	〈営業時間〉 9:00~18:00 〈定休日〉 日曜、水曜、祝祭日 〈配達内容〉 果物 1箱から配達 〈支払方法〉 現金	人吉市内
(資)井手商店 駒井田町 1057 ☎22-2717 090-2507-8345	〈営業時間〉 8:30~18:00 〈定休日〉 日曜 〈配達内容〉 お米やお酒を配達 配達手数料 無料 〈支払方法〉 現金	人吉市内

理美容

店名	内容
裕雨子理容 鶴田町 861 ☎24-0955	〈営業時間〉 8:30~19:00 〈定休日〉 月曜、第1日曜 〈支払方法〉 現金 〈その他〉 送迎(無)、出張(無) 送迎、出張ともお客様のみ無料でしています 車イスでの来店可
京美容室 鶴田町 55-6 ☎24-2202	〈営業時間〉 9:00~18:00 〈定休日〉 月曜 〈支払方法〉 現金 〈その他〉 送迎(有)、出張(有)

【西校区】

理美容

店 名	内 容
SASO HAIR (サソーヘアー) 中青井町 356-1 ☎24-4878	〈営業時間〉 9：00～18：00 〈定休日〉 月曜、第1日曜 〈支払方法〉 現金 〈その他〉 送迎(無)、出張(無) バリアフリーなので車イスでの来店可
エステ&ヘアー (有)クラウン 瓦屋町 1646 ☎24-8802	〈営業時間〉 9：00～18：00 〈定休日〉 月曜、第1・第3日曜 〈支払方法〉 現金 〈その他〉 送迎(有)※手数料 無料 以前当店利用者は出張手数料 無料 それ以外は(1,000円) 車イスでの来店可 衣類等とエステあり
ビューティースポット クレヨン 瓦屋町 2419-2 ☎23-3071	〈営業時間〉 10：00～18：00 〈定休日〉 月曜、第1日曜 〈支払方法〉 現金、PayPay 〈その他〉 送迎(有)※手数料 無料 、出張(無)

【東間校区】

食料品・日用品店

店 名	内 容	配達可能な区域
ライフデリ人吉 西間下町 323-6 ☎35-6857	〈営業時間〉 8：00～18：00 〈定休日〉 なし 〈配達内容〉 弁当、おかずのみ 530円～配達 〈支払方法〉 現金、口座振替 〈その他〉 安否確認、服用確認までできる 各医療食取扱い有	人吉市内 ※一部を除く
おかずや COCORO(こころ) 西間下町 2573 ☎090-8413-8076	〈営業時間〉 11：00～18：00(完売しだい終了) 〈定休日〉 土曜、日曜、祝祭日 〈配達内容〉 弁当、おかずのみ 450円～配達 〈支払方法〉 現金 〈その他〉 事前予約	西間上町 西間下町

理美容

店 名	内 容
Uブランド 西間上町 831-3 ☎24-8111	〈営業時間〉 9：30～19：00 〈定休日〉 土曜、日曜、祭日 〈利用料〉 カット 4,000円 〈支払方法〉 現金、クレジットカード、きじこ、PayPay 〈その他〉 送迎(要予約)、出張(要予約) ※送迎費用、出張費用に関してはエリアで変わるため 事前にお問い合わせをお願いします 車イス来店対応可
ヘアーサロン S room 東間上町 3450-1 ☎24-2772	〈営業時間〉 8：30～19：00 〈定休日〉 日曜、月曜 〈利用料〉 カットのみ 2,500円～ 〈支払方法〉 現金 〈その他〉 送迎(無)、出張(要予約) 車イス対応不可

【東間校区】

理美容

店 名	内 容
カットハウス マコト 西間下町 91-6 ☎24-9856	〈営業時間〉 9:00~18:00 〈定休日〉 月曜、第1日曜 〈利用料〉 男性カット 3,000円~ 〈支払方法〉 現金 〈その他〉 送迎(無)、出張(月曜のみ可) 車イス対応可

燃料関係

店 名	内 容	配達可能な区域
多良木石油 矢黒給油所 西間下町 514-2 ☎24-9100	〈営業時間〉 6:30~19:00 日曜 8:00~18:00 〈定休日〉 第3日曜 〈配達内容〉 灯油を1缶から配達 配達手数料(4円/L加算) 〈支払方法〉 現金	人吉市内
味岡石油 矢黒給油所 西間下町 1132-1 ☎22-2945	〈営業時間〉 7:30~18:30 〈定休日〉 日曜、不定休 〈配達内容〉 灯油を2缶から配達 〈支払方法〉 現金	人吉市内

【大畑校区】

食料品・日用品店

店 名	内 容	配達可能な区域
田村商店 大畑町 3452-3 上田代町 1018-1 ☎23-1834 090-8668-1800	〈営業時間〉 8:00～18:00 〈定休日〉 水曜 〈支払方法〉 現金 〈配達〉 無	大畑校区
アヴニール・キッチン 上漆田町 3453 ☎23-0504	〈営業時間〉 毎月第2・4土曜 9:00～12:00 〈配達〉 有 〈支払方法〉 現金 〈その他〉 子ども食堂 高齢者利用 100円 ボランティア無料 利用される方は3日前までにお電話 ください	

理美容

店 名	内 容
東裕子理容店 下漆田町 2963 ☎23-1455	〈営業時間〉 9:00～16:00(予約制) 〈定休日〉 月曜 〈利用料〉 カット男 2,500円(シャンプー、顔剃り含む) 顔剃り女 2,000円 カット毛染顔剃り 5,000円 〈支払方法〉 現金 〈その他〉 送迎(校区のみ有)、出張(無)

【大畑校区】

燃料関係

店 名	内 容	配達可能な区域
イワタニ南九州(株) 人吉営業所 下漆田町 1707-1 ☎23-5141	〈営業時間〉 8 : 45～17 : 30 〈定休日〉 土曜、日曜、祝日 〈配達内容〉 灯油を1缶から配達 〈支払方法〉 口座振替(手続きをお願いします)	人吉市内
(有)青井運送 人吉給油所 下漆田町 1678 ☎22-6644	〈営業時間〉 月曜～土曜 7 : 30～18 : 00 祝 日 9 : 00～17 : 00 〈定休日〉 日曜 〈配達内容〉 灯油を1缶から配達(月～金) 〈支払方法〉 現金、クレジットカード 〈その他〉 年末年始時短	要相談



【西瀬校区】

食料品・日用品店

店 名	内 容	配達可能な区域
西本酒店 矢黒町 1693-5 ☎22-3716	〈営業時間〉 平 日 8:00~20:00 日、祝日 10:00~20:00 〈定休日〉 1/1~1/3 〈配達内容〉 店で扱っているものを配達 配達手数料 無料 〈支払方法〉 現金 〈その他〉 基本1人で営業のため「すぐに」は対応 できない時もあるので時間に余裕をください	要相談

理美容

店 名	内 容
京都美容室 上薩摩瀬町 274-5 ☎24-4590	〈営業時間〉 9:00~17:00 〈定休日〉 月曜、第1日曜 〈利用料〉 カット 3,300円~ 〈支払方法〉 現金 〈その他〉 送迎(無)、出張(無) 室内バリアフリー
Caramel. 相良町 955-1 ☎32-8870	〈営業時間〉 9:30~19:00 〈定休日〉 月曜、第1日曜、第3火曜 〈支払方法〉 現金、クレジットカード、電子マネー 〈その他〉 送迎(無)、出張(無)
美容室 A and M 上薩摩瀬町 918-3 ☎22-3242	〈営業時間〉 9:30~18:00 〈定休日〉 月曜、第1日曜、第3火曜 〈支払方法〉 現金、電子マネー 〈その他〉 送迎(有)、出張(無) ※常連様の帰りの送りをする時があり、迎えはしていません 車イス利用可

【西瀬校区】

理美容

店 名	内 容
ヘア&リラクゼーション ジュリアーノ 下戸越町 1676-2 ☎27-4531	〈営業時間〉 9:00~18:00 〈定休日〉 月曜、日曜、お盆、年末年始 〈支払方法〉 現金、クレジットカード、電子マネー 〈その他〉 美容全般 エステ、マッサージ

燃料関係

店 名	内 容	配達可能な区域
人吉給油所 (日本梱包資材(株) 矢田通商部) 宝来町 1304 ☎22-3194	〈営業時間〉 7:30~19:00 祝日 8:00~19:00 〈定休日〉 第1・3・5日曜 〈配達内容〉 灯油を1缶から配達 配達手数料(1Lにつき5円) 〈支払方法〉 現金、クレジットカード、電子マネー、 QRコード決済(auPAY、PayPay、d払い等)	集合住宅 人吉市内
人吉石油 上薩摩瀬町 1473-1 ☎24-4731	〈営業時間〉 月曜~金曜 7:45~18:30 土曜、祝日 8:00~18:00 〈定休日〉 日曜 〈配達内容〉 灯油のみを配達 ※2人体制のため配達はできる時のみ (3日前位に連絡もらえれば助かります) 配達手数料(通常料金+7円) 〈支払方法〉 現金、クレジットカード	人吉市内
JA くま人吉給油所 上薩摩瀬町 859 ☎23-2279	〈営業時間〉 7:30~18:30 〈定休日〉 第1・3日曜(変更あり) 〈配達内容〉 灯油を40ℓから配達 配達手数料(1ℓ当り4円上乗せ) ※土曜、日曜、祝日は配達なし ※2階以上は配達なし ※1缶の容量18ℓに注意 〈支払方法〉 現金	人吉市内

【中原校区】

食料品・日用品店

店 名	内 容	配達可能な区域
池田商店 下原田町荒毛 1326-1 ☎22-2810	〈営業時間〉 9：00～17：00 〈定休日〉 日曜、祝日 〈配達内容〉 米、ギフトなどを配達 (9：00～11：00、夕方 16：00～) 配達手数料 無料 〈支払方法〉 現金、PayPay、LINEPay、楽天 Pay、 auPAY、きじこ 〈その他〉 コーヒーメーカー有	人吉市内 ※山間部は不可
上竹商店 下原田町羽田 335-1 ☎23-2197	〈営業時間〉 7：00～18：00 〈定休日〉 日曜、祝日 〈配達内容〉 米、灯油、酒類などを配達 配達手数料 無料 〈支払方法〉 現金、口座振替 〈その他〉 農薬の取扱い有	当店から 10Km 以内
あらいどころ 下林町 129-1 ☎080-5787-8637	〈営業時間〉 24 時間(丸洗い受付 全日 8：30～16：00) 〈定休日〉 不定休 〈配 達〉 有 配達手数料(片道 200 円) 〈支払方法〉 現金、クレジットカード、QR、後払い 〈その他〉 代行料金 無料 洗濯、乾燥料金のみ 但しオプション(カビ取り、しみ抜き、 圧縮、長期保管等)は別途料金	人吉市内

【中原校区】

理美容

店 名	内 容
ヘアーサロン ミキ 下原田町瓜生田 777-5 ☎32-8418	〈定休日〉 月曜 〈利用料〉 カット 1,500 円～ 〈支払方法〉 現金 〈その他〉 送迎(無)、出張(有)※近所 ※出張は自転車で行ける所
よかところ 下原田町 839-1 ☎22-8384	〈営業時間〉 8：30～18：30 〈定休日〉 火曜 〈利用料〉 子ども：1,000 円～、大人：1,500 円～ 〈支払方法〉 現金、QR 〈その他〉 ・送迎(無)、出張(無)・電話予約・車イス対応
ヘアーサロン S 下原田町 1150 ☎28-3638	〈営業時間〉 9：00～18：00 〈定休日〉 月曜 〈利用料〉 子ども：1,700 円+ 税、大人：2,500 円～ 〈支払方法〉 現金 〈その他〉 送迎(有)※手数料 無料 、出張(無)
理容 迫田 下林町 2008-2 ☎24-3265	〈定休日〉 月曜、第 1 日曜 〈利用料〉 3,000 円～ 〈支払方法〉 現金 〈その他〉 送迎(有・人吉市内(要相談))※手数料 無料 、出張(無) 予約制
ヘアーサロン ヒラタ 下林町 12-2 ☎22-2967	〈定休日〉 月曜、第 1 日曜 〈利用料〉 3,000 円～ 〈支払方法〉 現金、QR 〈その他〉 送迎(無)、出張(無) 車イス対応
カットハウス タナカ 下林町 271-1 ☎24-5013	〈定休日〉 月曜、第 1 日曜 〈利用料〉 3,300 円～ 〈支払方法〉 現金 〈その他〉 送迎(無)※要相談、出張(無)・女性美容あり ※近所の高齢者限定で対応します。

【中原校区】

理美容

店 名	内 容
ヘアサロン こすもす 下原田町荒毛 527-2 ☎24-4534	〈定休日〉 月曜 〈利用料〉 子ども：1,300円～、大人：2,000円～ 〈支払方法〉 現金 〈その他〉 送迎(無)、出張(有) 車イス対応・身障者用トイレ有





イスミ商事(株)移動スーパー「うまかもん号」

「うまかもん号」は、場所を移動しながら販売するスーパーです。近く買い物する場所がない方、移動する手段がなくて困っている方、どなたでも利用できます。「うまかもん〜♪」の音楽が流れてきたらお気軽にどうぞ。詳しい停車場所は、イスミ本店(☎22-4316)にお尋ねください。

月曜日

午前 願成寺町蓑原→浪床町→西間下町→瓦屋町

午後 鶴田町→合ノ原町→上原田町牛塚→下原田町菅原天満宮付近→下城本町(ケアハウスあいせい)

火曜日

午前 田野町→大塚町→木地屋町→古仏頂町

午後 西間上町→南町→大野町→二日町(第一有料老人ホーム愛生)

水曜日

午前 西間下町→蓑野町→下戸越町→中神町

午後 中林町→上原田町馬草野→下原田町堀→下原田第一・第二仮設団地

金曜日

午前 願成寺町蓑原→浪床町→西間下町→木地屋町→古仏頂町

午後 西間上町→南町→西間第二仮設団地→下城本町(ケアハウスあいせい)

土曜日

午前 赤池原町→赤池水無町→赤池町奥水無→下漆田町→東漆田町→上漆田町

午後 大畑麓町→大畑町公民館→上田代町

定休日：木曜、日曜

※現状一人体制で、上記のルートを巡回しています。
新規でお寄りする要望があればご相談ください。



まずは、イスミ本店：☎ 22-4316 担当：**湊木さん**にお尋ねください

買い物支援

買い物支援センター 受付時間 月曜～金曜 9:00～17:00

日常的に買い物に困っている人に対して、御用聞きと宅配サービスを行っています。

ご利用方法

登 録	事前登録が必要（無料）
配 達 料	1回の配達につき200円
注文方法	訪問時に直接注文受付 電話・ファックスでも注文可
支払い方法	代金引換
配 達 日	原則月曜～金曜（祝日は除く）各地域ごと週1回
配達する物	日用品・食品などの協力店舗で取り扱っている商品
そ の 他	宅配以外に、見守り支援とちょっとした困りごとにも対応しています

詳しい内容については、下記にご連絡ください。

人吉市社会福祉協議会
買い物支援センター
☎ 080-2729-6495 (直通)



相 談 先

高齢者・障がい者の権利や
金銭管理の相談窓口



人吉球磨成年後見センター

☎ 24-8800 (人吉市社会福祉協議会内)

認知症や知的障がい、精神障がいなどの理由により判断能力が不十分なため、ひとりでは契約や財産管理をすることが難しい方が安心して暮らすことが出来るように「成年後見制度」利用を支援します。

高齢者の方の
総合相談窓口



人吉市地域包括支援センター

☎ 24-9193 (人吉市社会福祉協議会内)

人吉市内にお住まいのみなさんが、住み慣れたこの地域で、安心した生活を続けられるよう、専門職が支援します。

困りごとの総合相談窓口

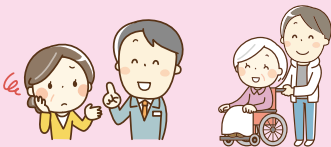


ひとよし生活困りごと支援センター

☎ 24-8111 (人吉市社会福祉協議会内)

借金や債務など家計に関わること、家賃や住まいなど住居に関わること、就職や定職など仕事に関わること、どこに相談すればよいかわからない等の相談に応じて、関係機関につないで支援します。

介護保険・介護予防に
関する相談窓口



人吉市高齢者支援課

☎ 22-2111 (人吉市役所内)

介護保険の申請や介護予防事業に関して、お気軽にお尋ねください。

消費生活に関する
相談窓口



人吉市消費生活センター

☎ 22-2111 (人吉市役所内)

※もしくは消費者ホットライン局番なしの『188』

消費生活相談員が、一緒になって解決のお手伝いをします。
心配事がありましたら、一人で悩まず、早めの相談を！

子ども・子育てに
関する相談窓口



こども家庭センター

☎ 22-3293 ※直通 (人吉市役所こども未来課)

人吉市内にお住まいの、すべての妊産婦、子育て世帯、子ども、若者を対象とした相談・支援窓口です。



★生活支援コーディネーターにみなさんの声を聞かせてください!

生活支援コーディネーターは、住民と地域にある資源をつなげたり、ニーズに合わせた新たなサービスをつくったりなど、高齢者が暮らしやすい環境づくりを推進していくことを目的として活動しています。

地域の「こんなことがあったらいいな」「できたらいいな」など地域づくりについて一緒に考え、実現に向けてお手伝いします。ぜひみなさんの地域の情報や声を聞かせてください。

今回掲載されているもの以外に掲載可能なところはお知らせください。

令和8年3月発行

社会福祉法人 人吉市社会福祉協議会
人吉市生活支援体制整備事業

〒868-0072 熊本県人吉市西間下町 41-1
人吉市総合福祉センター内
TEL.0966-24-9192・FAX.0966-25-1117
E-mail info@hitoyoshi-shakyo.com