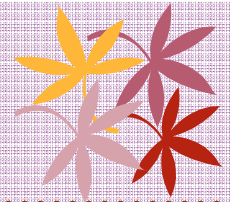
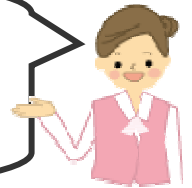


地域包括支援センター便り



第18号 発行2011.11

『スーパーが遠くて行けない...』 『買った物を持って帰れない...』
『買い物を頼める人がいない...』 『でも自分で選びたい...』
そんな悩めるシルバー世代のあなた！
川上・北部東・西里で利用できる食材配達・移動販売をご紹介します！



食材等の配達

オレンジライフ

0120-801-155

入会金：1000円 月会費：210円
配達料：1回200円。お買い上げ2000円
以上で配達料無料 翌日配達

生活共同組合 水光社

0120-911-211

出資金：2000円（脱退時に返還）
個人宅配料：1週あたり100円（週1回配達）

グリーンコープ生協くまもと

0120-349-017

出資金：2000円（脱退時に返還）
個配手数料：1月あたり420円（週1回配達）
（月の利用料金が4万円以上の場合無料）



コープ熊本学校生活共同組合

0120-548-332

出資金：1000円（脱退時に返還）
宅配手数料：1週あたり100円（週1回配達）
65歳以上無料（別途要申請）

セブンミール

「セブンイレブンのお食事配達サービス」
0120-736-014

販売品：弁当、惣菜、食材など
申込方法：利用前に会員登録必要（登録無料）

セブンイレブン 山室店

345-2221

山室店独自のサービス 店内の商品であれば配達可 配達料金 無料（要確認）
配達エリア：北部は北部東あたりまで

移動販売



食材積んであなたの地域へ伺います

魚屋の宮本

080-3992-7096

販売品：魚のみ
配達曜日：金曜日のみ配達（夕方お届け）

熊本大倉青果

0968-73-4810

090-7921-4866

販売品：野菜等
配達曜日：月曜日～土曜日（要問い合わせ）

魚屋さん（タナカさん）

353-5175

070-5487-0626

販売品：鮮魚・刺身盛り合わせ・食品など
配達曜日：水・土曜日午後

なんでも屋（タカザワさん）

090-3075-5708

販売品：魚・肉・野菜など
配達曜日：月・木曜日

八百ふみ青果（サケイさん）

090-5088-9058

販売品：自宅で取れた米・野菜・果物等
配達曜日：月曜 電話注文は15時以降

ひので屋

ハセガワさん 090-9494-3003

ノガワさん 080-3375-2005

販売品：豆腐、お煮しめ・こんにゃく・天
ぷら等の惣菜

配達曜日・エリア：担当者により異なる

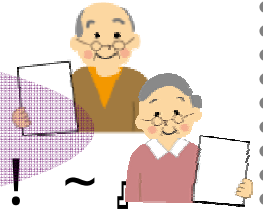
地域によりご利用できない場合があります。
詳細は各店舗へお問合せ下さい。
又上記以外の情報をご存知の場合は、当センターまでご連絡下さい



介護予防教室のご案内



内容 『～ 遺言と成年後見のこと ちょっと学びませんか！～』



失敗しないための遺言の方法や、成年後見制度などについて
分かり易く・楽しく・教えていただきます。興味のある方ぜひご参加下さい

日時：11月16日（水）10時～12時

場所：川上地域コミュニティーセンター（北部中学校正門前）

講師：熊本県司法書士会（公益社団法人成年後見センター・リーガルサポート）

司法書士 井上 広子 先生

参加費：無料（申し込み不要） お問合先：地域包括支援センター北斗 344-0707

我らが地域の通所サービス ～パート5～

川上・北部東・西里には、介護やリハビリ等必要になった時の心強いみかた！通所サービス事業所がたくさんあります。数回に分け紹介しますのでどうぞ期待！

利用には介護認定を受ける必要があります。詳しくは当センターまで

かじお温泉クリニック

梶尾町1700-1 ☎346-3300 定員：一日40名

元気で長生き、楽しい老後！



ご家族の介護負担の軽減を図り、一日でも長い在宅での生活の為に支援を目指しています。

まるで旅館の温泉の様なお風呂、施設内の畑で作った野菜をつかった手作りの料理、お一人おひとりの身体状況に依じたりハビリ、頼りになる芸達者な明るいスタッフ、この四本の柱を中心にかじお温泉クリニックのデイケアは毎日楽しく廻っています。明日を生き生き生活するために私たちと一緒にいい時間を過ごしませんか。



デイサービスセンター-徳王ろまん館

徳王1丁目7-1 324-0825
定員：月・水・金1日25名 / 火・木・土20名

もう年だからとあきらめていませんか！



若さを保つ秘訣は、たくさん笑うことと好奇心、そして健康を保つためのちょっとした努力。私達がお手伝いをさせていただきます♥

一日のメニュー：

送迎・健康チェック・体操・お食事・心と体のメニュー（各種行事・レク・リハビリ）・個浴・おやつ・お喋りと笑顔

見学等は、随時受付けております。



編集・発行：熊本市北5地域包括支援センター北斗 ☎344-0707

熊本市鶴羽田3丁目1番53号（菊南病院内）

電話が繋がらない場合は、344-1711（菊南病院代表）へご連絡下さい