

障がい者生活支援情報誌

カラフル



社会福祉法人 和田市社会福祉協議会

はじめに

本冊子は、障害者福祉充実の一助となるよう、障害福祉サービス・相談支援事業所・就労支援事業所・日常生活支援サービスなど、障がい者の生活にお役立ていただく情報を集約したものです。お手元でご活用いただければ幸いです。

十和田市社会福祉協議会

目 次

| | | |
|----------|--------------------------------|-------------|
| 1 | 障害福祉サービス | P 1 |
| | ● 障害福祉サービスとは | P 2 |
| | ● 対象者 | P 2 |
| | ● サービス利用までの流れ | P 2 |
| | ● サービスの種類（介護給付） | P 3 |
| | ● サービスの種類（訓練等給付） | P 6 |
| | ● 障がい者に関するシンボルマーク | P 8 |
| 2 | 地域生活支援事業 | P 9 |
| | ● 地域生活支援事業とは | P 10 |
| | ● 対象者 | P 10 |
| | ● サービス利用までの流れ | P 10 |
| | ● サービスの種類 | P 11 |
| | ● ヘルプマーク・ヘルプカードを知っていますか？ | P 12 |
| 3 | 就労支援事業所 | P 13 |
| 4 | 生活支援情報 | P 25 |
| | ● 弁当・食料品の配達、移動販売 | P 26 |
| | ● 生活用品の配達 | P 28 |
| | ● 生活の代行サービス | P 29 |
| | ● 見守り | P 32 |
| | ● 移動支援 | P 33 |

1

障害福祉サービス

1 障害福祉サービスとは

身体や精神に障がいのある方などが障がいの程度や介護者、住まいなどの状況によりそれぞれに支給が決定されるサービスです。サービスは、「介護給付」と「訓練等給付」の二種類に分かれています。

介護給付 介護が必要な方に焦点を充てたサービス

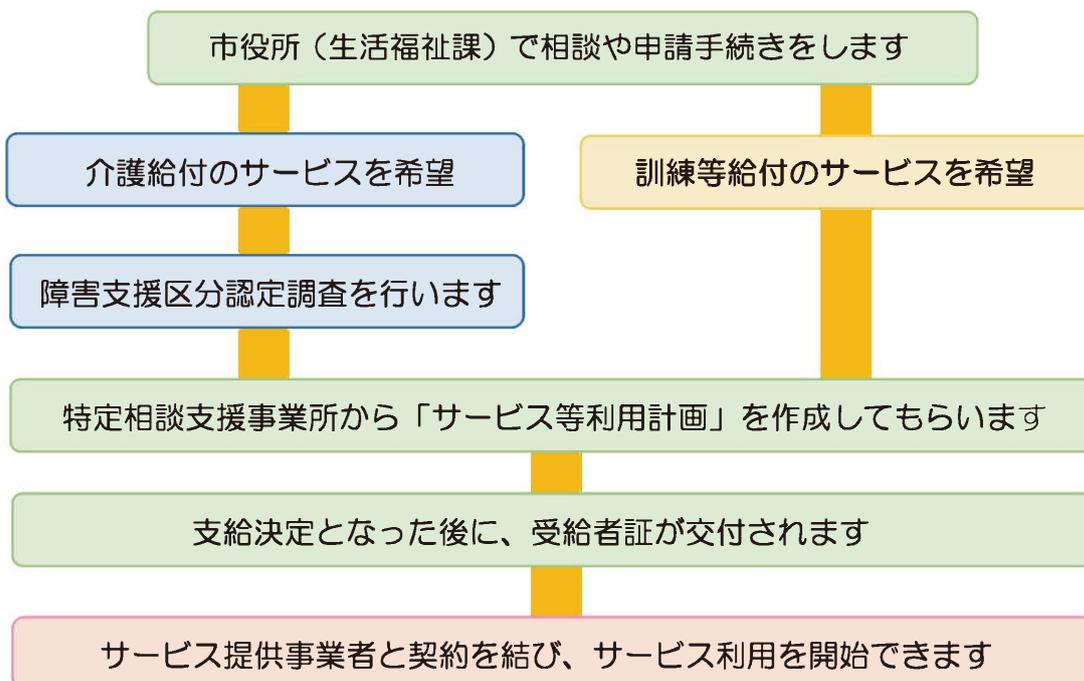
訓練等給付 生活、就労等のために必要な技術を身につける訓練



2 対象者（児）

- 障害者手帳をお持ちの方
- 自立支援医療（精神通院医療）の受給者証をお持ちの方
- 精神障がいを事由とする障害年金を受給されている方
- 精神障がい者であると医師から診断された方（医師の診断書等で確認）
- 難病疾患等で、症状の変動などにより、身体障害者手帳の取得ができないが一定の障がいがある方（医師の診断等で確認）
- 身体、知的、精神（発達障がいを含む）に障がいのある児童

3 サービス利用までの流れ





相談窓口

- 十和田市役所 生活福祉課 福祉係
電話 0176-51-6718 FAX 0176-22-5799
- 相談支援事業所

| 事業所名 | 住所 | 連絡先 |
|--------------------|-------------------------|--------------|
| 地域活動支援センター アセンドハウス | 十和田市東三番町 4-11 | 0176-21-1173 |
| 相談支援事業所 クラルテ | 十和田市稲生町 19-35 コーボマサ301号 | 0176-58-6663 |
| 相談支援センター ピアチェーレ | 十和田市東二番町 5-28 | 0176-27-6730 |
| 相談支援事業所 八甲荘 | 十和田市西二番町 4-3 | 0176-51-6061 |
| 相談支援センター ふらっとベース | 十和田市西十二番町 3-10 アーバンライフW | 0176-78-2747 |

4

サービスの種類（介護給付）



居宅介護（ホームヘルプ）

自宅で、入浴・排泄・食事の介護等を行います。



● サービス提供事業所

| 事業所名 | 住所 | 連絡先 |
|-----------------------|-----------------------|--------------|
| ニチイケアセンター十和田 | 十和田市稲生町 4-23 第一田中ビル4F | 0176-20-2781 |
| 介護老人保健施設とわだ | 十和田市大字洞内字長田 60-6 | 0176-27-3131 |
| 十和田ホームヘルパーセンター | 十和田市大字切田字横道 100-22 | 0176-20-1850 |
| ホームヘルパーステーション「たかや」 | 十和田市西一番町 10-76 | 0176-21-2066 |
| ヘルパーステーションちくば | 十和田市東三番町 10-55-6 | 0176-21-2715 |
| 医療法人仁泉会ヘルパーステーションおいらせ | 十和田市大字奥瀬字中平 155 | 0176-70-3113 |
| ヘルパーステーションふたば | 十和田市東三番町 6-33 | 0176-21-1411 |
| 青い森ケアうるおい | 十和田市西十四番町 13-5 | 0176-58-5432 |
| アースサポート十和田 | 十和田市穂並町 16-46 | 0176-25-5151 |
| 株式会社ケアライフ青森 十和田営業所 | 十和田市大字洞内字後野 331-5 | 0176-27-6200 |
| くらすけっと | 十和田市西十二番町 11-1 | 0176-58-0483 |
| ヘルパーステーション生きがい十和田 | 十和田市大字三本木字一本木沢 93-7 | 0176-24-2777 |

重度訪問介護

重度の肢体不自由者で常に介護を必要とする人に、自宅で入浴・排泄・食事の介護、外出時における移動支援などを総合的に行います。



●サービス提供事業所

| 事業所名 | 住所 | 連絡先 |
|-----------------------|----------------------|--------------|
| ニチケアセンター十和田 | 十和田市稲生町4-23 第一田中ビル4F | 0176-20-2781 |
| 介護老人保健施設とわた | 十和田市大字洞内字長田60-6 | 0176-27-3131 |
| 十和田ホームヘルパーセンター | 十和田市大字切田字横道100-22 | 0176-20-1850 |
| ホームヘルパーステーション「たかや」 | 十和田市西一番町10-76 | 0176-21-2066 |
| ヘルパーステーションちくば | 十和田市東三番町10-55-6 | 0176-21-2715 |
| 医療法人仁泉会ヘルパーステーションおいらせ | 十和田市大字奥瀬字中平155 | 0176-70-3113 |
| ヘルパーステーションふたば | 十和田市東三番町6-33 | 0176-21-1411 |
| 青い森ケアうるおい | 十和田市西十四番町13-5 | 0176-58-5432 |
| アースサポート十和田 | 十和田市穂並町16-46 | 0176-25-5151 |
| 株式会社ケアライフ青森 十和田営業所 | 十和田市大字洞内字後野331-5 | 0176-27-6200 |
| くらすけっと | 十和田市西十二番町11-1 | 0176-58-0483 |
| ヘルパーステーション生きがい十和田 | 十和田市大字三本木字一本木沢93-7 | 0176-24-2777 |

同行援護

視覚障がいにより、移動に著しい困難を有する人に、移動に必要な情報の提供（代筆・代読を含む）、移動の援護等の外出支援を行います。

●サービス提供事業所

| 事業所名 | 住所 | 連絡先 |
|--------------------|------------------|--------------|
| 株式会社ケアライフ青森 十和田営業所 | 十和田市大字洞内字後野331-5 | 0176-27-6200 |

行動援護

自己判断能力が制限されている人が行動する時に、危険を回避するために必要な支援・外出支援を行います。



●サービス提供事業所

| 事業所名 | 住所 | 連絡先 |
|--------------------|---------------|--------------|
| ホームヘルパーステーション「たかや」 | 十和田市西一番町10-76 | 0176-21-2066 |

重度障害者等包括支援

介護の必要性がとて高い人に、居宅介護等複数のサービスを包括的にを行います。

短期入所（ショートステイ）

自宅で介護する人が病気の場合などに、短期間、夜間も含め施設で、入浴・排泄・食事の介護等を行います。



●サービス提供事業所

| 事業所名 | 住所 | 連絡先 |
|-------------|-------------------------|--------------|
| リナシタ | 十和田市西二十三番町 5-5 | 0176-51-5353 |
| グループホームまちなか | 十和田市東三番町 1-6 生きがいプラザ 6階 | 0176-27-1456 |

療養介護

医療と常時介護を必要とする人に、医療機関で機能訓練、医療上の管理、看護、介護及び日常生活の世話をを行います。

生活介護（デイサービス）

常に介護を必要とする人に、昼間、入浴・排泄・食事等を行うとともに、創作的活動又は生産活動の機会を提供します。



●サービス提供事業所

| 事業所名 | 住所 | 連絡先 |
|-------------------------|-------------------------|--------------|
| 生活介護事業所・雑木林大学 | 十和田市大字赤沼字前川原 269 | 0176-51-6213 |
| 特定非営利活動法人おいらせサポートハウスKの家 | 十和田市大字奥瀬字下川目 10-6 | 0176-27-0456 |
| 誠幸園障害者自立支援センター | 十和田市大字三本木字野崎 115-2 | 0176-23-5373 |
| 障害者支援施設 あかまつ園 | 十和田市大沢田字早坂 194 | 0176-27-2126 |
| わくわくの村 | 十和田市東十五番町 5-12 | 0176-58-7095 |
| 多機能型事業所まちなか | 十和田市東三番町 1-6 生きがいプラザ 2階 | 0176-27-1456 |

施設入所支援

施設に入所する障がい者に、夜間や休日、入浴・排泄・食事の介護等を行います。

●サービス提供事業所

| 事業所名 | 住所 | 連絡先 |
|---------------|----------------|--------------|
| 障害者支援施設 あかまつ園 | 十和田市大沢田字早坂 194 | 0176-27-2126 |

5 サービスの種類（訓練等給付）

自立訓練（機能訓練・生活訓練）

自立した日常生活又は社会生活ができるよう、一定期間、身体機能又は生活力向上のために必要な訓練を行います。



●サービス提供事業所

| 事業所名 | 住所 | 連絡先 |
|--------------------|---------------------|--------------|
| 宿泊型自立訓練施設さくら苑（宿泊型） | 十和田市大字三本木字里ノ沢 144-6 | 0176-58-6466 |
| リナシタ（宿泊型） | 十和田市西二十三番町 5-5 | 0176-51-5353 |
| 宿泊型自立訓練施設さくら苑 | 十和田市大字三本木字里ノ沢 144-6 | 0176-58-6466 |
| リナシタ | 十和田市西二十三番町 5-5 | 0176-51-5353 |

就労移行支援

一般企業等への就労を希望する人に、一定期間、身体機能又は生活力向上のために必要な訓練を行います。



| 事業所名 | 住所 | 連絡先 |
|------|-----------------|--------------|
| マジュン | 十和田市東十二番町 12-40 | 0176-51-5341 |

就労継続支援（A・B）

一般企業等での就労が困難な人のために、働く場を提供するとともに、知識及び能力の向上のために必要な訓練を行います。

※サービス提供事業者は 13 ページをご覧ください。



就労定着支援

就労移行支援等の利用を経て、一般就労へ移行した障がい者の就労継続を図るため、一定期間、事業所・医療機関等との連絡調整の支援を行います。

自立生活援助

障害者支援施設等を利用していた障がい者に対して、自立した日常生活を営むための環境整備に必要な援助を行います。

共同生活援助（グループホーム）

夜間や休日、共同生活を行う住居で、相談や日常生活上の援助を行います。



● サービス提供事業所

| 事業所名 | 住所 | 連絡先 |
|-----------------------|-------------------------|--------------|
| グループホームあじさい館 | 十和田市大字三本木字里ノ沢 1-530 | 0176-24-2421 |
| グループホームひばり野・ケアホームぬくもり | 十和田市大字八斗沢字家ノ下 311-1 | 0176-22-9313 |
| ケアホーム・雑木林 | 十和田市大字赤沼字前川原 269-1 | 0176-24-2233 |
| ぱれっと | 十和田市大字奥瀬字下川目 10-5 | 0176-74-1332 |
| グループホームポケットハウス | 十和田市西二十一番町 21-12 | 0176-58-0750 |
| グループホームつばき | 十和田市大字三本木字里ノ沢 1-431 | 0176-58-7380 |
| グループホーム高清水八甲荘 | 十和田市大字相坂字高清水 78-209 | 0176-27-6403 |
| わくわくの郷 | 十和田市東十五番町 5-8 | 0176-58-7275 |
| ライフベースとわだ | 十和田市東三番町 7-10 | 0176-51-3988 |
| ライズハウス | 十和田市西二十三番町 1-43 | 0176-51-5341 |
| グループホームまちなか | 十和田市東三番町 6-1 生きがいプラザ 6階 | 0176-27-1456 |



障がい者に関するシンボルマーク

障がい者のための国際シンボルマーク



障がい者が利用できる建物、施設であることを明確に表すための世界共通のシンボルマークです。

盲人のための国際シンボルマーク



盲人のための世界共通のマークです。視覚障がい者の安全やバリアフリーに考慮された建物、設備、機器などに付けられています。

身体障害者マーク



肢体不自由であることを理由に免許に条件を付されている方が運転する車に表示するマークです。

聴覚障害者マーク



肢体不自由であることを理由に免許に条件を付されている方が運転する車に表示するマークです。

ほじょ犬マーク



身体障がい者補助犬法の啓発のためのマークです。

耳マーク



聞こえが不自由なことを表すと同時に、聞こえない人へ・聞こえにくい人への配慮を表すマークです。

ヘルプマーク



内部障がいや難病、妊娠初期の方など、外見から分からなくても援助や配慮を必要としていることを知らせるマークです。

ハート・プラスマーク



「身体内部に障がいがある人」を表しています。このマークを着用している方を見つけた場合には、内部障がいへの配慮についてご理解ご協力をお願いします。

オストメイト用設備



オストメイト（人口肛門・人口膀胱を増設している排泄機能障害のある方）の為の設備があること、及びオストメイトであることを表しています。

2

地域生活支援事業

1 地域生活支援事業とは

身体や精神に障がいのある方などが、日常生活や社会生活を送ることができるよう、地域の特性や利用者の状況に応じて、市町村等が実施する事業です。



2 対象者（児）

- 障害者手帳をお持ちの方
- 自立支援医療（精神通院医療）の受給者証をお持ちの方
- 精神障がいを事由とする障害年金を受給されている方
- 精神障がい者であると医師から診断された方（医師の診断書等で確認）
- 難病疾患等で、症状の変動などにより、身体障害者手帳の取得ができないが一定の障がいがある方（医師の診断等で確認）
- 身体、知的、精神（発達障がいを含む）に障がいのある児童

3 事業の利用について

市役所（生活福祉課）で相談や申請手続きをしてください。



相談窓口

- 十和田市役所 生活福祉課 福祉係
電話 0176-51-6718 FAX 0176-22-5799

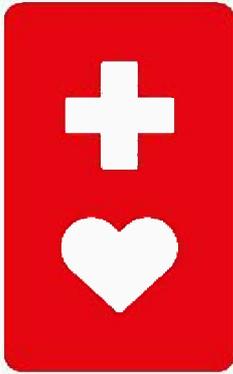
4

サービスの種類

| 事業名 | 内容 |
|------------------|---|
| 意思疎通支援事業 | 聴覚、言語、音声機能その他の障がい者に手話通訳者を派遣し、意思疎通の円滑化を図ります。 |
| 相談支援事業 | 専門的な相談支援等を要する困難なケースへの対応をします。 権利擁護のために必要な援助を行います。 市町村相談支援機能強化事業（相談支援事業の機能を強化するため、一般的な相談支援事業に加え、特に必要と認められる能力を有する専門職を配置する。）を実施します。 |
| 移動支援事業 | 屋外での移動に困難な障がい児（者）に対して、外出のための支援を行うことにより、地域での自立生活及び社会参加を促します。 |
| 地域活動支援センター機能強化事業 | 地域活動支援センターⅠ型として、専門職員を配置し、医療・福祉及び地域の社会基盤との連携強化のための調整、地域住民ボランティア育成、障がいに対する理解促進を図るための創作・生産活動を行います。 |
| 日中一時支援事業 | 日中において監護する者がいないため、一時的に見守り等の支援が必要とされる障がい者に対し、活動の場を提供し、見守り、社会に適應するための日常的な訓練等を支援します。 |
| 訪問入浴サービス事業 | 身体障がい者の身体の清潔の保持、心身機能の維持等を図るため、訪問により居宅において入浴サービスを提供します。 |
| 福祉ホーム | 身体上の障がい等のために家庭において日常生活に支障のある障がい者に対し、低額な料金で日常生活に適する居室その他の設備を利用させ、障がい者の福祉の増進を図ります。 |
| 日常生活用具給付事業 | 障がい者に対し、日常生活用具を給付します。 |
| 社会参加促進事業 | 障がい者の社会参加の促進を図るため、運転免許の取得や自動車の改造に要する費用の一部を助成します。 |
| 知的障害者職親委託事業 | 個人が自宅や事業所に知的障がい者を受け入れ、生活指導や職業指導を行います。 |
| 成年後見制度利用支援事業 | 障がい者の権利擁護のため、市長申立を行うなど、成年後見制度の利用を支援します。 |



ヘルプマーク・ヘルプカードを知っていますか？



ヘルプマーク

ヘルプマークとは

義足や人工関節を使用している方、内部障がいの方、または、発達障がいの方など、援助や配慮を必要としていることが外見からは分からない方々が身につけることで、周囲の方に配慮を必要としていることを知らせ、援助を得やすくなるよう、作成されたマークです。

ヘルプマークを身に付けた方を見かけたら

- 電車・バスの中で、席をお譲りください
外見では健康にみえても、疲れやすかったり、つり革につかまり続けるなどの同じ姿勢を保つことが困難な方がいます。また、外見からは分からないため、優先席に座っていると不審な目でみられ、ストレスを受けることがあります。
- 駅や商業施設等で、声をかけるなどの配慮をお願いします
交通機関の事故等、突発的な出来事に対して臨機応変に対応することが困難な方や、立ち上がる、歩く、階段の昇降などの動作が困難な方がいます。
- 災害時は、安全に避難するための支援をお願いします
視覚障がい者や聴覚障がい者等の状況把握が難しい方、肢体不自由等により自力での迅速な避難が困難な方がいます。

ヘルプカードとは

障がいなどのある方が困った時に、周囲の方に配慮や手助けをお願いしやすくするための情報を伝えるためのカードです。「手助けが必要な人」と「手助けできる人」を結ぶカードです。「ヘルプカードの提示がありましたら、記載されている内容にそって支援をお願いします。」

〔自由記述欄〕

※記載してほしくないことや書きこぶ箇所に記入ください。

| | | |
|--------|------|------|
| フリガナ | 姓 | 名 |
| 住所 | 〒 | 市 |
| 生年月日 | 年 | 月 |
| 障がい種別 | 障 | 別 |
| 障がいの程度 | 軽 | 重 |
| 連絡先 | 電話番号 | 郵便番号 |

あなたの支援が必要です

ヘルプカード



青森県

| | | |
|--------|------|------|
| 住所 | 〒 | 市 |
| 生年月日 | 年 | 月 |
| 障がい種別 | 障 | 別 |
| 障がいの程度 | 軽 | 重 |
| 連絡先 | 電話番号 | 郵便番号 |

ヘルプカード

配布対象者

外見では分からない障がいを抱え、周囲の援助や配慮を必要とする方で、ヘルプマーク、ヘルプカードの配布を希望する市内在住の方。



ヘルプマーク・ヘルプカードの配布先

- 十和田市役所 生活福祉課 福祉係
電話 0176-51-6718 FAX 0176-22-5799

3

就労支援事業所

就労支援事業所

就労継続支援B型事業所 HRPS とわだ作業所

| | |
|-------|--------------------|
| 住 所 | 十和田市ひがしの一丁目 12-45 |
| 電 話 | 0176-27-1105 |
| F A X | 0176-27-6901 |
| 定 員 | B型のみ 20名 |
| 運営法人 | 一般社団法人 HRPS とわだ作業所 |
| 営業時間 | 9:00~14:00 |



- 作業内容
 - ・ニンニク作業（皮むき・芯取り・選別など）
 - ・水耕栽培（にんにく）
 - ・一般住宅の掃除
- 作業時間の決め方
 - ・一日のスケジュール 9:00~14:00
 - ・行事などにより、就業時間が変更する場合があります。
- 情報

送迎あり。食事の提供あり。精勤手当あり。
- ご利用の皆様へ

体力面・コミュニケーション能力などに不安がある方、社会性を身につけたり仕事を通して自分を知り、就労に繋がるよう支援を行います。

就労継続支援B型事業所 Omo.i（おもい）ぱれっと

| | |
|-------|------------------------------------|
| 住 所 | 十和田市西二番町4-3 十誠ビル1F |
| 電 話 | 0176-27-0285 |
| F A X | 0176-27-0286 |
| 定 員 | 20名 |
| 運営法人 | 株式会社想い工房 |
| 営業時間 | 9:00~18:00 (但し就労時間は10:00~15:00) |



- 作業内容
 - ・清掃作業
 - ・野菜加工作業
 - ・かふえ作業
 - ・その他作業
- 作業時間の決め方
 - ・基本的には事業所の就労時間になります。(又は要相談)
- 情報
 - ・作業内容については、本人と事業所と相談して決めています。
 - ・工賃の見直しは一年に一度行っています。
- ご利用の皆様へ

Omo.i（おもい）ぱれっとは、一人ひとりの「想い」を大切にしたい就労を目指しています。

就労継続支援A型事業所 アイデンド十和田

| | |
|-------|-------------------------|
| 住 所 | 十和田市稲生町 19-35 コーポマサ 1 階 |
| 電 話 | 0176-58-6257 |
| F A X | 0176-58-6258 |
| 定 員 | 10名 |
| 運営法人 | アイデンド株式会社 |
| 営業時間 | 8:00~17:00 |



●作業内容

- ・にんにくのこぼし作業
- ・ゲーム倉庫内職作業 ・手芸品制作 等
- ・施設外就労（草取り・にんにく作業等）

●作業時間の決め方

- ・1日5時間の利用をして頂きます。
- ・基本は10:00~15:00です。

●情報

- ・お弁当持参
- ・送迎代実費

●ご利用の皆様へ

アットホームな環境でお仕事しています。
何事も一生懸命取り組む姿勢を大切にしています。

就労継続支援B型事業所 アイデンド十和田

| | |
|-------|-------------------------|
| 住 所 | 十和田市稲生町 19-35 コーポマサ 1 階 |
| 電 話 | 0176-58-6257 |
| F A X | 0176-58-6258 |
| 定 員 | 10名 |
| 運営法人 | アイデンド株式会社 |
| 営業時間 | 8:00~17:00 |



●作業内容

- ・内職：ゲーム倉庫内職作業
- ・施設外就労（草取り・にんにく作業等）
- ・手工芸品

●作業時間の決め方

- ・10:00~15:00 ご本人の希望に応じて、対応しています。

●情報

- ・お弁当持参 ・送迎代無料

●ご利用の皆様へ

アットホームな環境でお仕事しています。
ご本人の特性に合わせた支援を行っております。

就労継続支援 B 型事業所 クリエイティブサポート ぷちぶろう

| | |
|-------|-----------------|
| 住 所 | 十和田市西二十一番町 31-9 |
| 電 話 | 0176-51-5315 |
| F A X | 0176-51-5316 |
| 定 員 | 20 名 |
| 運営法人 | 社会福祉法人北心会 |
| 営業時間 | 8：00～17：00 |



●作業内容

パン・ケーキ・せんべい・パイ・ラスクなどを製造しています。商品作り・計量・袋詰め・ラッピング・在庫管理・販売・外作業・清掃など、様々な作業の中から一人一人に合った作業を見つけ、助け合いながら、その方のペースに合わせた作業をしています。また「珈琲館らびっと」も運営しており、地域の方と接客を通して交流しています。

●作業時間の決め方

利用者さんの希望に合わせて、通所日数や活動時間を提案いたします。

●情報

- ・送迎あり（要相談）
- ・給食あり 栄養バランスを考えた食事を提供しています。

●利用者の皆様へ

土曜日、月に 1～2 回はみんなで楽しめる企画を用意しています。（お出かけ、カラオケ、ショッピングなど）その他にも、毎年ハロウィン、クリスマス会、餅つき会、研修旅行などの行事も行っています。

就労継続支援 B 型事業所 ブレイブ

| | |
|-------|--------------------|
| 住 所 | 十和田市大字奥瀬字小沢口 107-1 |
| 電 話 | 0176-51-6125 |
| F A X | 0176-51-6126 |
| 定 員 | 20 名 |
| 運営法人 | 沖和合同会社 |
| 営業時間 | 8：30～17：00 |



●作業内容

室 内：小物づくり・編み物・木工製品のやすり掛け・板金作業・ひば製品作り
施設外：ニンニク作業

●作業時間の決め方

- ・作業時間 午前 10：00～15：00（体調に合わせて当日変更可）
- ・作業時間、作業内容はご本人様の体調を配慮しながら相談しながら決めています。

●情報

- ・上十三地区送迎無料。・1年に3回賞与があります。・皆勤賞があります。（毎月）
- ・能力次第でその都度工賃の見直しを行っています。
- ・昼食はお弁当を注文する事もできます。

●ご利用の皆様へ

- ・見学や体験など大歓迎です。
- ・1～2カ月に1度楽しいイベントがあります。（お食事会、バーベキュー、ビンゴ大会、お花見、ショッピング）

就労継続支援 B 型事業所 ルミエール

| | |
|-------|-------------------|
| 住 所 | 十和田市大字赤沼字和田表 14-2 |
| 電 話 | 0176-66-1119 |
| F A X | 0176-66-7563 |
| 定 員 | 20 名 |
| 運営法人 | COLOR 合同会社 |
| 営業時間 | 8：00～17：00 |



●作業内容

夏場は、作業委託された除草作業や、農作業、または公園清掃等々があり、冬場は除雪作業等と幅広く作業をしています。室内作業では、内職作業（UFO キャッチャーで使われる三角くじの作成やゲームソフトの動作確認）を行っています。

e-sports を行っており海外や全国の障害者施設の方々との大会へ参加しています。

●作業時間の決め方

ご自身のご希望や体調などを話し合いながら決めていきます。利用されている方の多くが 1 日 5 時間通所されていますが、半日通所での利用をされている方もおります。

●情報

- ・一般就労への移行実績あり。
- ・通所しながら資格を取得する事で工賃の増額もあります。

●ご利用の皆様へ

まずはお気軽にご連絡下さい。

就労継続支援 B 型事業所 農工園千里平

| | |
|-------|---------------------|
| 住 所 | 十和田市大字八斗沢字家ノ下 310-1 |
| 電 話 | 0176-22-9313 |
| F A X | 0176-22-8577 |
| 定 員 | 40 名 |
| 運営法人 | 社会福祉法人恩和会 |
| 営業時間 | 8：00～17：00 |



●作業内容

農業系

- ・黒毛和種の牛の飼育にかかる一連の作業 ・育苗、苗の販売
- ・施設外就労 ・家庭科班（おやつ準備・洗濯・厨房手伝い）

●作業時間の決め方

要相談

●情報

- ・法人関連事業 ・福祉ホーム ・グループホーム

●ご利用の皆様へ

- ・送迎ご希望の方（要相談）
- ・福祉ホーム（グループホーム）宿泊体験出来ます（要相談）
- ・農業系のお仕事です。健康と笑顔で春夏秋冬を一緒に感じて見ませんか。

就労継続支援 B 型事業所 なないろ

| | |
|-------|------------------|
| 住 所 | 十和田市元町西三丁目6-55-1 |
| 電 話 | 0176-27-6178 |
| F A X | 0176-27-6179 |
| 定 員 | 20名 |
| 運営法人 | 未来工房合同会社 |
| 営業時間 | 8:00~17:00 |



●作業内容

- ・IT 機器に関わるリサイクル作業（コードの分別やコネクタの切断、パソコン部品の解体）
- ・手工芸（猫キッカー「猫のおもちゃ」作り）
- ・施設外就労（除草作業、事務所清掃、除雪作業）
- ・農福連携（農業補助作業、野菜の収穫、果実の収穫）

●作業時間の決め方

サービス提供時間は、4月～11月（9:30～15:00）、12月～3月（10:00～15:00）ご利用は事業所が定める日とし、原則として各月の日数から8日を控除した日数を上限とします。見学・体験などは、随時受け入れ可能です。

●情報

作業は、施設外就労（農福連携含む）など外部とのつながりを強化し地域に根差した内容を目指すほか、イベント販売に向け十和田産天然またたび入り猫キッカーその他小物作り、SDGsの取り組みとして再生紙での商品お渡し用紙袋作りを精力的に行っています。

それぞれの障がい特性に合わせた作業を提供し、できることの喜びから自信へと導き一般就労を目指した支援を行っていますので、お気軽にご相談ください。

●利用者の皆様へ

スタッフは就労継続支援事業所の勤務経験者と看護師を配置しています。働くために必要な能力を身につける訓練はもちろんですが、健康管理の指導や生活上の相談、日々の困り事や悩み事などの相談に応じ、心のケアに力をいれている事業所です。

就労継続支援 B 型事業所 わ

| | |
|-------|--------------------|
| 住 所 | 十和田市東十五番町 55-3 |
| 電 話 | 0176-23-8100 |
| F A X | 0176-27-6779 |
| 定 員 | 20名 |
| 運営法人 | 特定非営利活動法人農楽郷ここ・カラダ |
| 営業時間 | 8:00~17:00 |



●作業内容

にんにくの生産活動（約2ha）約20tの収量
 販売先 → 首都圏近郊3ヶ所
 県内 道の駅、かだあ〜れ
 黒にんにく、パウダー他加工品
 シェインマスカット、ハウストマト、パプリカ、オクラ

●作業時間の決め方

本人希望（可能）を重視している。

●ご利用の皆様へ

いつでも見学はできますので、気軽にお電話ください。

就労継続支援 B 型事業所 八甲荘

| | |
|-------|---------------------|
| 住 所 | 十和田市大字相坂字高清水 78-235 |
| 電 話 | 0176-27-6758 |
| F A X | 0176-23-5581 |
| 定 員 | 20 名 |
| 運営法人 | 社会福祉法人八甲田会 |
| 営業時間 | 8：00～17：00 |



●作業内容

個々の障がい特性に合わせて作業を選択できるよう、次のようなことに取り組んでいるほか利用者相互の親睦を図るため、定期的にレクリエーションを行っています。

- ・清掃作業：併設の高齢者施設内の清掃や外回りの環境整備を行っています。
- ・農産物加工作業：ニンニクのこぼし・皮むき作業やネット詰め作業を行っています。
- ・喫茶店作業：直営店の Café ラポルテにおいて食器洗い等を行っています。
- ・その他：空き缶等の回収をおこなうリサイクル作業や農作業を行っています。

また、一般就労に必要な知識や技能が一定程度習得できた方には、一般就労への意向に向けた支援を行っています。

●作業時間の決め方

サービス提供は、月曜日から金曜日（祝日、お盆及び年末年始を除きます。）の午前 9 時 30 分から午後 3 時 30 分までで、作業時間は、1 日 4 時間 30 分程度となっています。

●情報

- ・希望者には自宅からの送迎を無料で行っています。昼食は 1 食 385 円で提供しています。
- ・工賃は個々の作業能力に応じて 1 時間あたり 150 円から 400 円となっており、毎年、工賃向上つながる取り組みを行っています。

●ご利用の皆様へ

いつでも無料で体験利用ができますので、ご活用ください。

就労継続支援 B 型事業所 吉工門

| | |
|-------|--------------------|
| 住 所 | 十和田市大字三本木字下平 210-1 |
| 電 話 | 0176-23-2775 |
| F A X | 0176-23-2775 |
| 定 員 | 20 名 |
| 運営法人 | 特定非営利活動法人ここから |
| 営業時間 | 8：00～14：30 |



●作業内容

- ・お弁当（ごはん測り、容器詰め、フタしめ、はし付け、シールはり等）
- ・環境整備（草むしり、雪かき、ボランティア活動、ペットボトル分別）
- ・クレープ作業（焼き、包み、袋詰め、シールはり、ピン詰め等）
- ・精肉粉付け、施設内清掃

●作業時間の決め方

8：00～14：30 ご本人の希望に応じて対応します。

●情報

送迎あり、食事提供あり、精金手当あり、作業内容はご本人様と一緒に相談して決めています。

●ご利用の皆様へ

アットホームな環境で作業に取り組んでいます。（レクリエーション、お花見、クリスマス会、お誕生日会があります。ご本人の特性にあわせた支援を行っております。いつでも見学、体験できます。お気軽にお電話下さい。

就労継続支援 A 型事業所 農園カフェ日々木

| | |
|-------|---|
| 住 所 | 十和田市大字相坂字高見 147-89 |
| 電 話 | 0176-27-6626 |
| F A X | 0176-27-6620 |
| 定 員 | 10 名 |
| 運営法人 | 一般社団法人日々木の森 |
| 営業時間 | 8：30～17：30（水曜定休） （サービス提供時間 8：30～16：00） |



●作業内容

接客業務：店舗内外の清掃、案内、オーダー取り、配膳／下膳、洗い物、片付け、レジ、電話対応、日計集計、ドレッシング、ごぼう茶、加工業務、施設外の店舗にてランチ提供
 厨房業務：厨房内の清掃、調理補助、仕込み、買い出し、仕入れ発注、他
 外庭業務：店舗周辺外庭清掃、枝木剪定、他雑務

●作業時間の決め方

当核月 8 回控除（毎週水曜定休、シフト制）
 8：30～16：00 までの間、一日 5 時間程度（休憩 30～45 分）要相談

●情報

給食あり。制服あり。研修、資格取得、予防接種代補助、日帰り旅行、その他レクリエーションもあります。

●ご利用の皆様へ

作業時間等、応相談
 様々な業務がありますが、本人に適したサービスの提供を行っております。

就労継続支援 B 型事業所 農園カフェ日々木

| | |
|-------|---|
| 住 所 | 十和田市大字相坂字高見 147-89 |
| 電 話 | 0176-27-6626 |
| F A X | 0176-27-6620 |
| 定 員 | 20 名 |
| 運営法人 | 一般社団法人日々木の森 |
| 営業時間 | 8：30～17：30（水曜定休） （サービス提供時間 8：30～16：00） |



●作業内容

食品加工：ケーキ、ベーグル、クッキー、ブラウニーなどの焼菓子、漬け物製造など他、店舗内外の清掃、ブルーベリーやカシスなどの収穫作業、施設外就労（長芋の皮むき）業務受託（にんにく種こぼし）、カフェ業務の付帯業務、製品梱包作業、納品業務、直売イベントへの参加など

●作業時間の決め方

- ・当核月 8 回控除（毎週水曜定休）。
- ・8：30～16：00 までの間、一日 3～6 時間程度（休憩 30～60 分）。
- ・本人の体調に合わせて月の利用日数、1 日の利用時間を決めます。

●情報

- ・給食あり。
- ・研修、予防接種代補助、日帰り旅行、その他レクリエーションもあります。

●ご利用の皆様へ

作業時間、応相談。様々な作業がありますが、本人に適したサービスの提供を行っております。

就労継続支援 A 型事業所 情熱

| | |
|-------|--------------------------------------|
| 住 所 | 十和田市大字三本木字野崎 40-863 |
| 電 話 | 0176-23-7775 |
| F A X | 0176-58-0508 |
| 定 員 | 10名 |
| 運営法人 | 株式会社トーフサポート |
| 営業時間 | 8:00~17:00 (サービス提供時間 10:00~15:00) |



- 作業内容
 - ・野菜加工会社での施設外就労
長いも真空パック加工作業、洗いごぼうの計量作業、にんにくネット詰め作業、にんにく皮むき作業、青果物の袋詰め作業 など
- 作業時間の決め方
 - ・当該月 8 回控除（週休 2 日制、日曜・水曜が定休日、年末年始・GW・お盆連休あり）
 - ・作業時間 10:00~15:00（実働 4 時間、休憩時間 60 分）
 - ・作業経験や作業能力を考慮して、5 時間（10:00~16:00）の作業時間に延長可能です。
- 情報
 - ・8 月納涼会、12 月忘年会を開催し、利用者間での親睦を深める機会があります。
 - ・利用者様の自立支援のため、自家用車や路線バスでの通勤を促しており、通勤費も支給しております。
 - ・昼食は各自で持参するか、お弁当を注文することもできます。（前日までに注文）
- ご利用の皆様へ
当事業所は、おもに野菜加工会社での作業を提供しており、高い作業能力で一般就労に移行できるよう、本人の能力に合わせて指導を行っています。
まずはお気軽に、見学や体験利用にお越しください。

就労継続支援 B 型事業所 情熱

| | |
|-------|--------------------------------------|
| 住 所 | 十和田市大字三本木字野崎 40-863 |
| 電 話 | 0176-23-7775 |
| F A X | 0176-58-0508 |
| 定 員 | 10名 |
| 運営法人 | 株式会社トーフサポート |
| 営業時間 | 8:00~17:00 (サービス提供時間 10:00~15:00) |



- 作業内容
 - ・請負作業
にんにくこぼし、段ボール組立て、シール貼り、清掃・環境整備などのほか、これらの作業に付随する作業
 - ・レクリエーションや施設行事の準備や職員の補助作業
- 作業時間の決め方
 - ・当該月 8 回控除（週休 2 日制、日曜、水曜が定休日、年末年始・GW・お盆連休あり）
 - ・作業時間 10:00~15:00（実働 4 時間、休憩時間 80 分）
- 情報
 - ・8 月納涼会、12 月忘年会を開催し、ほかにも外出行事（お花見会・果物狩り・道の駅めぐり・水族館見学・ジェラート試食）や調理実習、季節行事（書初め・鏡開き・豆まきなど）利用者間での親睦を深める機会がたくさんあります。
 - ・無料で施設送迎を行っており、十和田市内はもちろん東北町や六戸も可能です。
 - ・昼食は各自で持参するか、お弁当を注文することもできます。（前日までに注文）
- ご利用の皆様へ
当事業所は、さまざまな障害の利用者様に、本人の能力に合わせた作業内容で就労できるよう支援させていただきます。
まずはお気軽に、見学や体験利用にお越しください。

多機能型事業所 リナシタ

| | |
|-------|----------------|
| 住 所 | 十和田市西二十三番町 5-5 |
| 電 話 | 0176-51-5353 |
| F A X | 0176-51-5352 |
| 定 員 | 10 名 |
| 運営法人 | 社会福祉法人共生の杜 |
| 営業時間 | 10:00～15:00 |



●作業内容

- ・事業所内清掃、近隣の環境整備、草取り、ごみ拾い、除雪等
- ・手工芸、チラシ折り等
- ・別棟にあるリラクゼーションサロン「リラックダ西店」の掃除、除菌、洗濯等
- ・外部企業からの受託作業（リサイクル等）
- ・生活支援（浴室、洗濯機の利用開放、金銭管理や通院・各種手続きに関する助言等）

●作業時間の決め方

曜日や、働く時間など、自分の生活リズムやペースに合わせた利用ができます。
お気軽にご相談ください。

●情報

- ・時給は 250 円から。 ・送迎については要相談。
- ・食事提供あり（自己負担 400 円）。

●ご利用の皆様へ

見学や体験、相談等、お気軽にお問い合わせください。

フレンドリーホームもくもく

| | |
|-------|------------------------------|
| 住 所 | 十和田市大字三本木字西金崎 369-55 |
| 電 話 | 0176-20-1666 |
| F A X | 0176-24-0778 |
| 定 員 | 20 名 |
| 運営法人 | 社会福祉法人 北心会（令和 5 年 4 月 1 日より） |
| 営業時間 | 8:00～17:00 |



●作業内容

- ・クッキー、ケーキ、シフォンケーキ等の焼菓子製造と販売。
（クッキーの生地作り、型抜き、袋詰め、ラッピング、洗い物等です。）リサイクル作業（廃電線の被膜はがし。空き缶分別）環境整備（花壇の手入れ等）研修旅行やクリスマス会等楽しい行事もあります。

●作業時間の決め方

- ・基本は 8:45～15:30 の時間です。毎日利用されている方がほとんどです。
- ・利用日数や時間についてはご相談ください。

●情報

- ・送迎あり（自宅等）。 ・昼食提供あり。（自己負担 350 円）。
- ・土曜開所日あり。（1～2 回/月）

●ご利用の皆様へ

働くことを通じて、いろいろなことを経験し、充実した日々を送れるよう支援していきます。

就労継続支援 B 型事業所 ワークハウスとわだ

| | |
|-------|----------------------------------|
| 住 所 | 十和田市西四番町 3-1 |
| 電 話 | 0176-25-8158 |
| F A X | 0176-25-8158 |
| 定 員 | 20 名 |
| 運営法人 | 特定非営利活動法人 |
| 営業時間 | 9：00～15：00（月～金） 9：00～13：00（土） |



●作業内容

裂き織、回収、メール便、奉仕活動（春、官庁街）（秋、お祭り広場）、農家直送の野菜販売、農作業（にんにくこぼし、りんご葉摘み等）

●作業時間の決め方

基本 9：00～15：00

ただし個人の体調管理上、個人にあった就労の仕方も考慮している。

●情報

お昼ご飯の提供、バス研修あり

●ご利用の皆様へ

少人数でアットホームな環境。店舗をかまえていて、地域との交流が深い。

就労継続支援 B 型事業所 ベル・クオーレ

| | |
|-------|-------------------------|
| 住 所 | 十和田市東三番町 4-7 共生ビル 1F・2F |
| 電 話 | 0176-51-0737 |
| F A X | 0176-51-0738 |
| 定 員 | B 型 20 名 |
| 運営法人 | 社会福祉法人 共生の杜 |
| 営業時間 | 8：30～17：00 |



●作業内容

・施設外就労

- ① 総合式場の掃除・草取り・除雪・ごみ拾いの環境整備
- ② にんにく加工作業
- ③ 個人農家様 農作業全般
- ④ 個人農家様 ジャがいも選別作業（夏季限定）

・事業所内作業（手工芸・リサイクルなど）

・法人管理施設作業

- ① アパート清掃

・相談支援（就労に関する相談のほか、日常生活に関する細かな相談もできます。）

・生活支援（浴室、洗濯機の使用が無料。金銭管理に関する支援もできます。）

・余暇活動支援（年 4 回、親睦会を開催。またトレーニングルームの使用が無料です。）

●作業時間の決め方

自分の生活リズムに合わせた利用が可能です。

利用者の状況に合わせた支援を行うことができます。お気軽にご相談ください。

●情報

・時給は 250 円から。

・送迎は無料です。

●ご利用の皆様へ

ベル・クオーレでは、様々な作業内容を用意しております。

あなたに合った作業訓練が必ず見つかるはず！お気軽にお問い合わせください。

多機能型事業所 マジユン

| | | |
|-------|-----------------|------------------------|
| 住 所 | 十和田市東十二番町 12-40 | |
| 電 話 | 0176-27-6850 | |
| F A X | 0176-27-0204 | |
| 定 員 | B型 14名 移行6名 | |
| 運営法人 | 社会福祉法人 共生の杜 | |
| 営業時間 | 8:30~17:00 | (マジユンとして) |
| | 10:00~16:00 | (eisa_COFFEE ROASTER_) |
| | 11:00~14:00 | (eisa よんなあよんなあ) |



●作業内容

コーヒーに関わる一連の作業として、生豆の選別、焙煎、パッケージのハンコ付き、パッケージのシーラー等のドリップバックを作成する作業を行っています。また、知識と技術のある方は、実際にコーヒーを淹れてお客様に提供しています。

また、今年2月から eisa よんなあよんなあ として、沖縄料理の提供を始めました。仕込みや、麺茹で、セティング、接客など多岐にわたる作業を行ってもらっています。

その他、コーヒーと沖縄由来の商品を自動販売機などで販売しており、仕入れや設置などの作業も行っています。

不定期ですが、環境整備として草取りやごみ拾いなどの屋外活動も行っています。

●作業時間の決め方

基本的に、10:00~15:00 で休憩時間は 1 時間です。

店舗の運営の為、いつも同じ時間とならない場合もあります。

体調や体力を考慮し、午前のみ、午後のみ の対応を相談し行っています。

●情報

- ・時給は 200 円からとなります。定期的に作業状況を確認し昇給を検討します。
- ・利用時の送迎は無料です。時間は事業所からの指定となります。
- ・利用時の昼食の提供は可能です。ご自分で準備してきて構いません。

●ご利用の皆様へ

当事業所では、コーヒーや料理提供に関係する様々な作業を提供しています。まずは当事業所で行う、様々な作業を行ってもらいますが、その中で自分に合った作業を中心に行ってほしいと考えています。また、それぞれの目標を達成できるように支援を行っています。自分なりの目標を達成していきましょう。

施設見学や体験利用の相談は随時受け付けています。お気軽にお問合せ下さい。

4

生活支援情報



弁当・食料品の配達、移動販売

- 1** 生活協同組合コープあおもり
配食サービスセンター
☎ **0120-102-705**
青森市浪岡大字徳才子字山本 27-3

| | |
|-------|---|
| 内 容 | 日替わりの夕食弁当の宅配 |
| 対 象 者 | コープあおもりの組合員なら、どなたでもご利用できます |
| 提供時間 | 12:00~18:00 |
| 定 休 日 | 土曜・日曜・年末年始(12/31~1/3) |
| 対象地域 | 十和田市内(一部地域を除く) |
| 料 金 | 1食550円(税込)~ 6つのコースから選べます。 コースの内容についてはお問合わせ下さい。 ※料金は2024年12月20日現在のものです。料金は変更になる場合があります。 |

県産・国産食材にこだわり、塩分控えめで、栄養バランスを考えた献立です。日替わりメニューで週3日以上からお届けします。高齢者等見守り活動に取り組んでいます。

- 2** 十和田給食センター らんち屋
☎ **0176-23-5736**
十和田市大字三本木字里ノ沢 1-73

| | |
|-------|--------------------------------|
| 内 容 | 日替りのお弁当配達(おかずのみ可) |
| 対 象 者 | どなたでもご利用できます |
| 提供時間 | 10:00~12:30 |
| 定 休 日 | 日曜・祝日 |
| 対象地域 | 十和田・六戸の一部、七戸の一部、三沢の一部、上北・乙供の一部 |
| 料 金 | 基本 おかずのみ 450円~ ご飯付 500円~ |

ご自宅・会社などへ昼食の配達をメインで行っております。配達地域、内容などお気軽にお問合わせください。月1回からご利用できます！

- 3** まごころ弁当 十和田本店
☎ **0176-27-4412**
十和田市西十六番町 29-22

| | |
|-------|--|
| 内 容 | 減塩で栄養バランスの良い普通食・ カロリー調整食・たんぱく調整食・ムース食 |
| 対 象 者 | どなたでもご利用できます |
| 提供時間 | 10:00~18:00 |
| 定 休 日 | 日曜・年末年始 |
| 対象地域 | 十和田市内(一部除く) |
| 料 金 | 1食420円~ |

初回1食無料、禁食・おかゆ・きざみ・やわらかご飯などの対応が可能です。配達無料・安否確認サービス無料。服薬確認や配達時のちょっとしたお手伝いもしていますのでぜひお試しください！

- 4** 宅配クック ワン・ツウ・スリー
十和田店
☎ **0176-27-0241**
十和田市西二十三番町 30-1

| | |
|-------|--|
| 内 容 | 普通食、健康ボリューム食、やわらか食、ムース食、カロリー塩分調整食、たんぱく塩分調整食、透析食、消化にやさしい食 |
| 対 象 者 | どなたでもご利用できます |
| 時 間 | 8:00~17:00 |
| 定 休 日 | 年始(1/1~1/3) |
| 対象地域 | 十和田市内 |
| 料 金 | おかずのみ 577円~ ご飯付 648円~ ※無料で、きざみ・おかゆ対応可能 |

お電話一本で、一食からご利用いただけます。17時までの電話注文で翌日から配食可能です。安否確認しながらお届けいたします。

5 生活協同組合コープあおもり 十和田センター

☎ 0120-126-236

十和田市大字大沢田字笹館 191-1

| | |
|------|-------------------|
| サービス | 食品・生活雑貨の配達 |
| 対象者 | 青森県内に居住する方 |
| 時間 | 8:30~18:45 |
| 定休日 | 土曜・日曜 |
| 対象地域 | 市内全域 |
| 料金 | 初回、組合員登録料(1,000円) |

1週間に1回、決まった曜日、時間に食品や生活雑貨などをカタログの中からご注文いただいた商品をお届けします。

6 JA十和田おいらせ

資材配送センター内(購買課)

☎ 0176-23-0314

十和田市大字相坂字高清水 1153

| | |
|------|---------------|
| 内容 | 魚・肉・日配品等の食材宅配 |
| 対象者 | どなたでもご利用できます |
| 時間 | 8:30~16:30 |
| 定休日 | 日曜・祝日・指定日 |
| 対象地域 | 十和田市内 |
| 料金 | 右記参照 |

JAふれあい食材のご紹介

《基本コース：月10~11回お届け》

お魚・お肉・日配品等、栄養バランスを考えた便利なコースです。

- ほのぼのコース 2人用 17,820円(税込)
- だんらんコース 4人用 28,550円(税込)
- なごやかコース 6人用 38,020円(税込)
- ふれあいコース 2人用 17,820円(税込)
※お魚中心のコースです
- だんらんコース 4人用 28,550円(税込)
※お肉中心のコースです

《選べるコース：月6回お届け》

安全でおいしい食材の中から、お好きなものを選べるコースです。

- 2品コース 3~4人用 12,000円(税込)
- 3品コース 3~4人用 18,000円(税込)

《1人用コース》

簡単な調理で食べられるものを主とした便利なコースです。

- おてがるコース 1人用 11,290円(税込)
- まごころコース 1人用 11,880円(税込)



生活用品の配達

1 DCM 十和田店
☎ 0176-21-5130
十和田市元町東一丁目 2-6

| | |
|------|-----------------------------------|
| サービス | 生活用品の宅配 |
| 対象者 | どなたでもご利用できます |
| 時間 | 9:30~20:00 |
| 定休日 | 1月1日 |
| 対象地域 | 当社指定配達区域 (お問い合わせください) |
| 料金 | 1個 1,100円~ (税込) サイズ、重量によって変動あり |

自転車の配達、家電の配達、設置も承ります。
また、ネットショップでは、50万点を超える豊富な品揃えから、ご注文いただけます。

2 (株)サンデー十和田店
SUN急便
☎ 0176-23-9681
十和田市大字相坂字小林 24-1

| | |
|------|---|
| サービス | お買い上げ商品の配達、補修・修繕・取り付けなど |
| 対象者 | どなたでもご利用できます |
| 時間 | 9:00~18:00 |
| 定休日 | なし |
| 対象地域 | 当社指定配達地区 (お問い合わせください) |
| 料金 | 1件 550円(税込)~ 1万円以上のお買い上げで配達料無料 (指定地域のみ) |

蛇口の水漏れや電球の交換など、住まいに関する“困った”を、専門の資格を持ったスタッフが解決します。お気軽にご相談ください。

3 (株)サンデーホームマート
十和田湖店SUN急便
☎ 0176-70-3271
十和田市大字奥瀬字堰道 4-18

| | |
|------|---|
| サービス | お買い上げ商品の配達、補修・修繕・取り付けなど |
| 対象者 | どなたでもご利用できます |
| 時間 | 9:00~18:00 |
| 定休日 | なし |
| 対象地域 | 当社指定配達地区 (お問い合わせください) |
| 料金 | 1件 550円(税込)~ 1万円以上のお買い上げで配達料無料 (指定地域のみ) |

蛇口の水漏れや電球の交換など、住まいに関する“困った”を、専門の資格を持ったスタッフが解決します。お気軽にご相談ください。

4 ツルハドラッグ十和田南店
☎ 0176-21-1268
十和田市東四番町 4-30

| | |
|------|--|
| サービス | お買い上げ商品の配達 |
| 対象者 | すべてのお客様 |
| 時間 | 9:00~22:00 |
| 定休日 | 1月1日(12/31は20時まで営業) |
| 対象地域 | 東二・三・四・五・六・十四番町→16:00までの受付で当日配達 詳細はお問い合わせください |
| 料金 | 1件(1ケース 25kgまで) 550円(税込) |

大人用紙オムツ、ケースでのご購入で配達無料
シニア登録で毎月15、16、17日配達半額。
妊婦さん、未就学のお子様がいる方も配達半額(母子手帳をご持参ください)。



生活の代行サービス

5 株式会社 相坂屋

☎ 0176-23-2255

十和田市稲生町 15-12

| | |
|------|---|
| サービス | 婦人服・紳士服訪問販売 ・当店取扱い商品(洋品・介護用品など)は配達可能 |
| 対象者 | どなたでもご利用できます |
| 時間 | 10:00~18:30 (祝日 10:00~18:00) |
| 定休日 | 火曜 |
| 対象地域 | 十和田市 |
| 料金 | 商品の代金のみで配達料はいただきません。 |

- ・十和田市内 商品配達無料
- ・5、15、25日は介護用品の日
(介護用品 15%引)

1 (公社)十和田市シルバー人材センター

☎ 0176-25-0222

十和田市西三番町 1-37 3階

| | |
|------|--|
| サービス | ゴミ出し、清掃、窓ふき、草刈り、草取り、植木剪定、蜂の巣駆除、除雪など ※除雪について融雪剤を撒くお手伝いもしています(融雪剤購入のお手伝いは行いません) |
| 対象者 | どなたでもご利用できます |
| 時間 | 8:30~17:15 |
| 定休日 | 土曜・日曜・祝日(事務所) |
| 対象地域 | 十和田市内 |
| 料金 | 作業内容・時間によります |

作業は、土・日・祝も承ります。
お気軽にお電話ください。

2 暮らしのミカタ

☎ 0176-58-6490

十和田市西十二番町 11-1

| | |
|------|---|
| サービス | 草刈り、ゴミの片付け、掃除、洗濯、外出の付き添い、旅行の付き添い、除雪など、生活に関すること全般のお手伝い ※除雪について融雪剤を撒くお手伝いもしています(利用者よりお金を預かり、融雪剤の購入も行います) |
| 対象者 | どなたでもご利用できます |
| 時間 | 要相談 |
| 定休日 | なし |
| 対象地域 | 十和田市内 |
| 料金 | 550円/30分(初回登録料1,000円) |

暮らしの中のちょっとした困りごとやずっと気になっていた悩みごとを暮らしのミカタがお手伝いいたします。人それぞれ個別の事情に合わせて柔軟な対応をさせていただきます。話を聞くのは無料となっておりますのでまずはお気軽にご相談ください。

3 うたし企画

☎ 090-9036-5916

十和田市元町西二丁目 8-9-4

| | |
|------|---|
| サービス | 外出支援、掃除、洗濯などの家事援助 |
| 対象者 | お年寄り、身体の悪い方、病弱で家事ができない方 |
| 時間 | 9:00~16:00 |
| 定休日 | 不定期 |
| 対象地域 | 十和田市内 |
| 料金 | 1,500円/時間 + ガソリン代 ガソリン料金(市内) 500円 (市外) 1,000円 ※別途交通費 1kmにつき25円 |

病院受診時の付き添いや一緒に買いものにかけるなど、一人暮らしの人への支援が喜ばれています。

4 ニチイライフ

☎0176-20-2781

十和田市稲生町 4-23 第一田中ビル4階

| | |
|------|--|
| サービス | 家事・育児・家族介護のお手伝い、 受診・外出等のお手伝い |
| 対象者 | どなたでもご利用できます |
| 時間 | 9:00～18:00 ※その他の時間帯も対応可 |
| 定休日 | なし ※事務所は、土・日・祝日休み |
| 対象地域 | 制限なし |
| 料金 | 定期プラン(週1回以上) 2,860 円/時間 定期プラン(月1回以上) 3,630 円/時間 お試し利用(2時間まで) 5,500 円/延長なし ※延長 30 分につき 1,320 円追加 |

旅行や温泉利用、コンサートなどへの付き添いも可能。お客様センター(24 時間、年中無休)0120-212-295 もあります。サービス内容は身体介護も可になっております。

5 ベンリー上十三店

☎0176-58-1235

上北郡東北町上野字北谷地 5-58

| | |
|------|--|
| サービス | 各種クリーニング・害虫駆除・水廻りメンテナンス・引っ越し・ハウスリフォーム・草刈り・木の伐採等 100 種類以上 |
| 対象者 | どなたでもご利用できます |
| 時間 | 平日・土曜・祝日 8:30～17:30 |
| 定休日 | 日曜 |
| 対象地域 | (上十三地域) 十和田市、東北町、七戸町、 六戸町、おいらせ町一部、三沢市 |
| 料金 | 無料見積もりで料金をお知らせします。 |

暮らしのお困り事を解決します。電話・ネット予約もできます。

ホームページアドレス <http://kamitousan.benry.com/>

6 コープ 暮らしのたすけあいの会

☎0120-30-1521

青森市柳川二丁目 4-22

| | |
|------|---------------------------------|
| サービス | 買い物代行、食事づくり、掃除、 洗濯、外出の付き添いなど |
| 対象者 | どなたでもご利用できます |
| 時間 | 10:00～17:00 |
| 定休日 | 土曜・日曜・祝日・8/13～16・12/28～1/4 |
| 対象地域 | 八戸・上北地域 |
| 料金 | 一般家事支援 700 円/時間 外仕事 800 円/時間 |

1日に4時間、週4日までご利用可能です。
交通費を別途、徴収いたします。
※雪かき、専門的介護はお受けできません。

7 (有)大柳新聞店 遺品整理事業部 ビビット

☎0176-22-6815

十和田市東五番町 8-8

| | |
|------|---|
| サービス | 遺品整理・特殊清掃・家財整理 空き家やゴミ屋敷の整理 室内の脱臭と除菌 |
| 対象者 | どなたでもご利用できます |
| 時間 | 9:00～17:00 |
| 定休日 | 日曜・祝日 |
| 対象地域 | 制限なし |
| 料金 | 現場確認後、無料お見積りいたします |

わずかな家財の整理、処分、一部屋だけの整理でも承っています。どうぞお気軽に、ご相談お電話ください。

8 介護保険外サービス ポルテ

☎ 0176-51-7736

三沢市中央町2丁目12-1

| | |
|------|---|
| サービス | ・身体、入浴、排泄介助 ・ゴミ出し、掃除、洗濯、調理等の生活全般のお手伝い ・雪かき、散歩、通院、外出、趣味、娯楽の付添い、他多数 |
| 対象者 | どなたでもご利用できます |
| 時間 | 24時間 |
| 定休日 | 無し |
| 対象地域 | 三沢市・おいらせ町・十和田市・六戸・上北町・他三沢市周辺 |
| 料金 | 1時間2,000円(事業所から訪問宅まで31km以上の場合、1kmごとに25円頂きます) |

9 就労継続支援B型事業所 なないろ

☎ 0176-27-6178

十和田市元町西三丁目6-55-1

| | |
|------|--|
| サービス | ①草取り(手作業で行い、一ヶ所に草をまとめて置きます。) ②雪かき(除雪機は使用せず手作業で行います。) ③掃除(ご自宅や事務所にある掃除用具や洗剤をお借りし、お掃除します。) |
| 対象者 | どなたでもご利用できます |
| 時間 | 10:00~14:30 |
| 定休日 | 不定期 |
| 対象地域 | 事業所より車で15分圏内 |
| 料金 | 1,000円/30分 ※詳しい料金の詳細はお問合せ下さい |

引率スタッフと利用者が3名程度伺い、地域の困りごとに微力ながらお力添えさせていただきます。お気軽にお問い合わせください。

10 就労継続支援B型事業所 ルミエール

☎ 0176-66-1119

十和田市赤沼字和田表14-2

| | |
|------|------------------------------|
| サービス | 刈払い作業・除雪 |
| 対象者 | お年寄り、身体の悪い方 |
| 時間 | 10:00~15:00 |
| 定休日 | 不定期 |
| 対象地域 | 十和田市内 |
| 料金 | 刈払い作業(1人2,500円) 除雪(500円~) |

作業場所については、事前に打ち合わせを行います。遠方の場合は別途移動費をいただく場合があります。

11 株式会社 すみれ一な

☎ 090-3361-9138

八戸市十三日町1 ヴィアノヴァビル 3F
リージャス八戸ビジネスセンター内

| | |
|------|---|
| サービス | ・身元保証、連帯保証支援 ・金銭管理、相続、遺言の支援 ・生活支援サービス ・葬儀、納骨、遺品整理支援 |
| 対象者 | ご家族・親族が遠方、疎遠になっている方、またはいない方 入院・介護福祉施設をお探しで保証人をご用意できない方 |
| 時間 | 9:00~17:00 |
| 定休日 | 土曜・日曜・祝日 ※緊急時はこの限りではありません |
| 対象地域 | 三八地区・十和田市・三沢市・野辺地町・六戸町・七戸町・青森市等 |
| 料金 | 入会金 ¥200,000 年会費(一年分前払い) ¥12,000 保証料(一年分前払い) ¥60,000 預託金・入院入所の三ヵ月分 最低預託金 ¥300,000 |

支払い方法は柔軟に対応いたします。
(生活保護の方はご相談ください。)



見守り

1 十和田市社会福祉協議会 ☎0176-23-2992

十和田市稲生町 18-33

| | |
|------|---|
| 対象者 | 一人暮らしの高齢者、高齢者夫婦世帯、障がい者など |
| 対象地域 | 十和田市全域 |
| サービス | 福祉安心電話サービス ご自宅にある電話機に機器を設置し24時間いつでも緊急事態に対応するサービス。 (設置費と月会費がかかります) |

サービスの利用については、お問い合わせください。

2 十和田郵便局(代表) ☎0176-23-7305

十和田市西二番町 3-4

| | |
|------|--|
| 対象者 | 日本国内に居住する成人 |
| 対象地域 | 全国 |
| サービス | ① みまもり訪問サービス 定期的な(月1回、30分程度)訪問にて見守ります。 ② みまもりでんわサービス 毎日電話(自動音声)にて体調確認を行います。 ③ 駆けつけサービス ①、②のオプションとして、緊急時、駆けつけます。 |

有料のサービスです。内容などお問い合わせは、市内の各郵便局で受け付けています。

3 ニチイライフ ☎0176-20-2781

十和田市稲生町 4-23 第一田中ビル4階

| | |
|------|--|
| 対象者 | どなたでもご利用できます |
| 対象地域 | 制限なし |
| サービス | ○掃除、料理、見守り、受診付き添い等 定期プラン 2,860円/時間 (週1回以上、1時間) 定期プラン 3,630円/時間 (月1回以上、1時間) |

掃除や洗濯、買い物や病院受診、入退院時のお手伝いなどもかねて見守りします。

4 十和田おいらせ農業協同組合 ☎0176-23-0311

十和田市西十三番町 4-28

| | |
|------|----------------------------------|
| 対象者 | 十和田市内の組合員 |
| 対象地域 | 十和田市内全域 |
| サービス | 月1回、広報紙を届ける際に、声掛けなどの安否確認をしております。 |

1 まちなかを循環する「市街地循環バス」

| | | | |
|-------|-----------------------------------|---------|---|
| 内 容 | 中心市街地における利便性向上を目的とした循環バスの運行 | 料 金 | 1乗車 100 円 ※小学校へ入学前の子どもの運賃は無料です 定期券がございます |
| 対 象 者 | どなたでもご利用できます | 問 合 せ 先 | ●市街地循環バスの運行状況に関すること 十和田観光電鉄株式会社 三本木営業所 電話 0176-23-3133 ●その他運行内容に関すること 十和田市都市整備建築課 電話 0176-51-6735 |
| 提供時間 | 8時頃から 19 時頃まで 北線・南線各 1 日 8 便運行 | | |
| 運 休 日 | 広報とわだ、市ホームページをご確認ください | | |
| 対象地域 | 中心市街地 | | |

| 北線(東→西回り) | | | | | 北線(西→東回り) | | | | | | |
|-----------|-------------|------|-------|-------|-----------|-----|-------------|-------|-------|-------|-------|
| N1 | まちなか交通広場 | 8:00 | 11:00 | 14:00 | 17:00 | N1 | まちなか交通広場 | 9:10 | 12:10 | 15:10 | 18:10 |
| N2 | 東十一番町 | 8:05 | 11:05 | 14:05 | 17:05 | N25 | 十和田市現代美術館前 | 9:12 | 12:12 | 15:12 | 18:12 |
| N3 | ユニバース十和田東店 | 8:08 | 11:08 | 14:08 | 17:08 | N24 | 市役所(構内) | 9:14 | 12:14 | 15:14 | 18:14 |
| N4 | みちのく温泉 | 8:12 | 11:12 | 14:12 | 17:12 | N23 | 中央病院 | 9:16 | 12:16 | 15:16 | 18:16 |
| N5 | 東十二番町 | 8:13 | 11:13 | 14:13 | 17:13 | N22 | 図書館・保健センター | 9:17 | 12:17 | 15:17 | 18:17 |
| N6 | 三木野公園前 | 8:14 | 11:14 | 14:14 | 17:14 | N21 | こまかいどーむ | 9:18 | 12:18 | 15:18 | 18:18 |
| N7 | 北里大学前 | 8:15 | 11:15 | 14:15 | 17:15 | N20 | 金崎団地 | 9:20 | 12:20 | 15:20 | 18:20 |
| N8 | 東病院前 | 8:18 | 11:18 | 14:18 | 17:18 | N19 | 北園 | 9:22 | 12:22 | 15:22 | 18:22 |
| N9 | かだあ〜れ | 8:20 | 11:20 | 14:20 | 17:20 | N18 | 西十一番町 | 9:24 | 12:24 | 15:24 | 18:24 |
| N10 | 東コミュニティセンター | 8:22 | 11:22 | 14:22 | 17:22 | N17 | 上平団地 | 9:26 | 12:26 | 15:26 | 18:26 |
| N11 | 東二十一番町 | 8:24 | 11:24 | 14:24 | 17:24 | N16 | 元町西六丁目 | 9:27 | 12:27 | 15:27 | 18:27 |
| N12 | ヤマヨ十和田店 | 8:27 | 11:27 | 14:27 | 17:27 | N15 | 薬王堂十和田元町店 | 9:28 | 12:28 | 15:28 | 18:28 |
| N1 | まちなか交通広場 | 8:32 | 11:32 | 14:32 | 17:32 | N14 | 元町西二丁目 | 9:29 | 12:29 | 15:29 | 18:29 |
| N13 | 十丁目 | 8:35 | 11:35 | 14:35 | 17:35 | N13 | 十丁目 | 9:32 | 12:32 | 15:32 | 18:32 |
| N14 | 元町西二丁目 | 8:38 | 11:38 | 14:38 | 17:38 | N1 | まちなか交通広場 | 9:37 | 12:37 | 15:37 | 18:37 |
| N15 | 薬王堂十和田元町店 | 8:39 | 11:39 | 14:39 | 17:39 | N12 | ヤマヨ十和田店 | 9:40 | 12:40 | 15:40 | 18:40 |
| N16 | 元町西六丁目 | 8:40 | 11:40 | 14:40 | 17:40 | N11 | 東二十一番町 | 9:43 | 12:43 | 15:43 | 18:43 |
| N17 | 上平団地 | 8:41 | 11:41 | 14:41 | 17:41 | N10 | 東コミュニティセンター | 9:45 | 12:45 | 15:45 | 18:45 |
| N18 | 西十一番町 | 8:43 | 11:43 | 14:43 | 17:43 | N8 | 東病院前 | 9:48 | 12:48 | 15:48 | 18:48 |
| N19 | 北園 | 8:45 | 11:45 | 14:45 | 17:45 | N9 | かだあ〜れ | 9:50 | 12:50 | 15:50 | — |
| N20 | 金崎団地 | 8:47 | 11:47 | 14:47 | 17:47 | N7 | 北里大学前 | 9:53 | 12:53 | 15:53 | 18:50 |
| N21 | こまかいどーむ | 8:49 | 11:49 | 14:49 | 17:49 | N6 | 三木野公園前 | 9:54 | 12:54 | 15:54 | 18:51 |
| N22 | 図書館・保健センター | 8:50 | 11:50 | 14:50 | 17:50 | N5 | 東十二番町 | 9:55 | 12:55 | 15:55 | 18:52 |
| N23 | 中央病院 | 8:51 | 11:51 | 14:51 | 17:51 | N4 | みちのく温泉 | 9:56 | 12:56 | 15:56 | 18:53 |
| N24 | 市役所(構内) | 8:53 | 11:53 | 14:53 | 17:53 | N3 | ユニバース十和田東店 | 10:00 | 13:00 | 16:00 | 18:57 |
| N25 | 十和田市現代美術館前 | 8:55 | 11:55 | 14:55 | 17:55 | N2 | 東十一番町 | 10:03 | 13:03 | 16:03 | 19:00 |
| N1 | まちなか交通広場 | 8:58 | 11:58 | 14:58 | 17:58 | N1 | まちなか交通広場 | 10:09 | 13:09 | 16:09 | 19:06 |

| 南線(東→西回り) | | | | | | 南線(西→東回り) | | | | | |
|-----------|--------------|------|-------|-------|-------|-----------|--------------|-------|-------|-------|-------|
| S1 | まちなか交通広場 | 8:20 | 11:20 | 14:20 | 17:20 | S1 | まちなか交通広場 | 9:35 | 12:35 | 15:35 | 18:35 |
| S2 | 十和田市中央(タワー側) | 8:22 | 11:22 | 14:22 | 17:22 | S32 | 十和田市現代美術館前 | 9:37 | 12:37 | 15:37 | 18:37 |
| S3 | 一丁目 | 8:23 | 11:23 | 14:23 | 17:23 | S31 | 市役所(構内) | 9:39 | 12:39 | 15:39 | 18:39 |
| S4 | 東四番町 | 8:24 | 11:24 | 14:24 | 17:24 | S30 | 中央病院 | 9:41 | 12:41 | 15:41 | 18:41 |
| S5 | 東十四番町 | 8:26 | 11:26 | 14:26 | 17:26 | S29 | 図書館・保健センター | 9:42 | 12:42 | 15:42 | 18:42 |
| S6 | コメリパワー十和田店 | 8:27 | 11:27 | 14:27 | 17:27 | S28 | こまかいどーむ | 9:43 | 12:43 | 15:43 | 18:43 |
| S7 | カケモ三小通り店 | 8:30 | 11:30 | 14:30 | 17:30 | S27 | ユニバース十和田西店 | 9:45 | 12:45 | 15:45 | 18:45 |
| S8 | 東二十四番町 | 8:31 | 11:31 | 14:31 | 17:31 | S26 | 西十三番町 | 9:47 | 12:47 | 15:47 | 18:47 |
| S9 | しらかば団地前 | 8:33 | 11:33 | 14:33 | 17:33 | S25 | 南小学校前 | 9:50 | 12:50 | 15:50 | 18:50 |
| S10 | 里ノ沢 | 8:34 | 11:34 | 14:34 | 17:34 | S24 | 西五番町 | 9:51 | 12:51 | 15:51 | 18:51 |
| S11 | 東病院前 | 8:36 | 11:36 | 14:36 | 17:36 | S23 | 南コミュニティセンター | 9:53 | 12:53 | 15:53 | 18:53 |
| S12 | かだあ〜れ | 8:38 | 11:38 | 14:38 | 17:38 | S22 | 十和田警察署前 | 9:56 | 12:56 | 15:56 | 18:56 |
| S13 | 北里大学前 | 8:42 | 11:42 | 14:42 | 17:42 | S21 | 三高正門前 | 9:57 | 12:57 | 15:57 | 18:57 |
| S14 | 三木野公園前 | 8:43 | 11:43 | 14:43 | 17:43 | S18 | 東五番町 | 10:00 | 13:00 | 16:00 | 19:00 |
| S15 | 東十二番町 | 8:44 | 11:44 | 14:44 | 17:44 | S19 | 済誠会病院前 | 10:01 | 13:01 | 16:01 | 19:01 |
| S16 | みちのく温泉 | 8:45 | 11:45 | 14:45 | 17:45 | S20 | 東小稲公園前 | 10:02 | 13:02 | 16:02 | 19:02 |
| S1 | まちなか交通広場 | 8:48 | 11:48 | 14:48 | 17:48 | S17 | パワーズU十和田店 | 10:04 | 13:04 | 16:04 | 19:04 |
| S2 | 十和田市中央(タワー側) | 8:50 | 11:50 | 14:50 | 17:50 | S3 | 一丁目 | 10:06 | 13:06 | 16:06 | 19:06 |
| S3 | 一丁目 | 8:51 | 11:51 | 14:51 | 17:51 | S2 | 十和田市中央(駅そば側) | 10:07 | 13:07 | 16:07 | 19:07 |
| S17 | パワーズU十和田店 | 8:53 | 11:53 | 14:53 | 17:53 | S1 | まちなか交通広場 | 10:09 | 13:09 | 16:09 | 19:09 |
| S18 | 東五番町 | 8:55 | 11:55 | 14:55 | 17:55 | S16 | みちのく温泉 | 10:14 | 13:14 | 16:14 | 19:14 |
| S19 | 済誠会病院前 | 8:56 | 11:56 | 14:56 | 17:56 | S15 | 東十二番町 | 10:15 | 13:15 | 16:15 | 19:15 |
| S20 | 東小稲公園前 | 8:57 | 11:57 | 14:57 | 17:57 | S14 | 三木野公園前 | 10:16 | 13:16 | 16:16 | 19:16 |
| S21 | 三高正門前 | 9:00 | 12:00 | 15:00 | 18:00 | S13 | 北里大学前 | 10:17 | 13:17 | 16:17 | 19:17 |
| S22 | 十和田警察署前 | 9:01 | 12:01 | 15:01 | 18:01 | S11 | 東病院前 | 10:20 | 13:20 | 16:20 | 19:20 |
| S23 | 南コミュニティセンター | 9:04 | 12:04 | 15:04 | 18:04 | S12 | かだあ〜れ | 10:22 | 13:22 | 16:22 | - |
| S24 | 西五番町 | 9:06 | 12:06 | 15:06 | 18:06 | S10 | 里ノ沢 | 10:24 | 13:24 | 16:24 | 19:22 |
| S25 | 南小学校前 | 9:07 | 12:07 | 15:07 | 18:07 | S9 | しらかば団地前 | 10:25 | 13:25 | 16:25 | 19:23 |
| S26 | 西十三番町 | 9:10 | 12:10 | 15:10 | 18:10 | S8 | 東二十四番町 | 10:27 | 13:27 | 16:27 | 19:25 |
| S27 | ユニバース十和田西店 | 9:12 | 12:12 | 15:12 | 18:12 | S7 | カケモ三小通り店 | 10:28 | 13:28 | 16:28 | 19:26 |
| S28 | こまかいどーむ | 9:14 | 12:14 | 15:14 | 18:14 | S6 | コメリパワー十和田店 | 10:31 | 13:31 | 16:31 | 19:29 |
| S29 | 図書館・保健センター | 9:15 | 12:15 | 15:15 | 18:15 | S5 | 東十四番町 | 10:32 | 13:32 | 16:32 | 19:30 |
| S30 | 中央病院 | 9:16 | 12:16 | 15:16 | 18:16 | S4 | 東四番町 | 10:34 | 13:34 | 16:34 | 19:32 |
| S31 | 市役所(構内) | 9:18 | 12:18 | 15:18 | 18:18 | S3 | 一丁目 | 10:35 | 13:35 | 16:35 | 19:33 |
| S32 | 十和田市現代美術館前 | 9:20 | 12:20 | 15:20 | 18:20 | S2 | 十和田市中央(駅そば側) | 10:36 | 13:36 | 16:36 | 19:34 |
| S1 | まちなか交通広場 | 9:23 | 12:23 | 15:23 | 18:23 | S1 | まちなか交通広場 | 10:38 | 13:38 | 16:38 | 19:36 |

2 市街地と郊外部をむすぶ「西地区シャトルバス」

| | | | |
|-------|-----------------------------|---------|---|
| 内 容 | 市街地と郊外部を結ぶバスの運行 | 料 金 | 1乗車 100円 ※小学校入学前の子どもの運賃は無料です |
| 対 象 者 | どなたでもご利用できます | 問 合 せ 先 | ●シャトルバスの運行状況に関すること 東京太陽株式会社青森タクシー 十和田営業所 電話 0176-24-2021 ●その他運行内容に関すること 十和田市都市整備建築課 電話 0176-51-6735 |
| 提供時間 | 8時頃から17時頃までの1日6便 (3往復)運行 | | |
| 運 休 日 | 広報とわだ、市ホームページをご 確認ください | | |
| 対象地域 | 法量バス停と十和田市中央バス停 を結ぶ区間 | | |

| 法量→市街地方面 | | | | |
|----------|--------------|------|-------|-------|
| W22 | 法量 | 7:55 | 11:55 | 14:55 |
| W21 | 新川原 | 7:56 | 11:56 | 14:56 |
| W20 | 西コミュニティセンター | 7:58 | 11:58 | 14:58 |
| W19 | 奥入瀬ろまんパーク構内 | 7:59 | 11:59 | 14:59 |
| W18 | 上沢田口 | 8:02 | 12:02 | 15:02 |
| W17 | 沢田 | 8:04 | 12:04 | 15:04 |
| W16 | 田屋 | 8:05 | 12:05 | 15:05 |
| W15 | 沢田悠学館 | 8:06 | 12:06 | 15:06 |
| W14 | 下洗 | 8:07 | 12:07 | 15:07 |
| W13 | 新屋敷 | 8:08 | 12:08 | 15:08 |
| W12 | 三日市 | 8:09 | 12:09 | 15:09 |
| W11 | 三日市川原 | 8:10 | 12:10 | 15:10 |
| W10 | 上川原 | 8:11 | 12:11 | 15:11 |
| W9 | 赤沼 | 8:12 | 12:12 | 15:12 |
| W8 | カケモ西金崎店(構内) | 8:14 | 12:14 | 15:14 |
| W7 | こまかいどーむ | 8:17 | 12:17 | 15:17 |
| W6 | 図書館・保健センター | 8:19 | 12:19 | 15:19 |
| W5 | 中央病院 | 8:20 | 12:20 | 15:20 |
| W4 | 市役所(構内) | 8:22 | 12:22 | 15:22 |
| W3 | 十和田市現代美術館前 | 8:24 | 12:24 | 15:24 |
| W2 | まちなか交通広場 | 8:27 | 12:27 | 15:27 |
| W1 | 十和田市中央(タワー側) | 8:29 | 12:29 | 15:29 |

| 市街地→法量方面 | | | | |
|----------|--------------|-------|-------|-------|
| W1 | 十和田市中央(駅そば側) | 10:30 | 13:30 | 16:30 |
| W2 | まちなか交通広場 | 10:32 | 13:32 | 16:32 |
| W3 | 十和田市現代美術館前 | 10:35 | 13:35 | 16:35 |
| W4 | 市役所(構内) | 10:37 | 13:37 | 16:37 |
| W5 | 中央病院 | 10:39 | 13:39 | 16:39 |
| W6 | 図書館・保健センター | 10:40 | 13:40 | 16:40 |
| W7 | こまかいどーむ | 10:42 | 13:42 | 16:42 |
| W8 | カケモ西金崎店(構内) | 10:45 | 13:45 | 16:45 |
| W9 | 赤沼 | 10:47 | 13:47 | 16:47 |
| W10 | 上川原 | 10:48 | 13:48 | 16:48 |
| W11 | 三日市川原 | 10:49 | 13:49 | 16:49 |
| W12 | 三日市 | 10:50 | 13:50 | 16:50 |
| W13 | 新屋敷 | 10:51 | 13:51 | 16:51 |
| W14 | 下洗 | 10:52 | 13:52 | 16:52 |
| W15 | 沢田悠学館 | 10:53 | 13:53 | 16:53 |
| W16 | 田屋 | 10:54 | 13:54 | 16:54 |
| W17 | 沢田 | 10:55 | 13:55 | 16:55 |
| W18 | 上沢田口 | 10:57 | 13:57 | 16:57 |
| W19 | 奥入瀬ろまんパーク構内 | 11:00 | 14:00 | 17:00 |
| W20 | 西コミュニティセンター | 11:01 | 14:01 | 17:01 |
| W21 | 新川原 | 11:03 | 14:03 | 17:03 |
| W22 | 法量 | 11:04 | 14:04 | 17:04 |

3 市街地と東地区を結ぶ「東地区シャトルバス」

| | | | |
|-------|---|------|---|
| 内 容 | 市街地と東地区を結ぶバスの運行 | 料 金 | 1 乗車 100 円 ※小学校入学前の子どもの運賃は無料です |
| 対 象 者 | どなたでもご利用できます | 問合せ先 | ●シャトルバスの運行状況に関すること 株式会社 三本木タクシー 電話 0176-23-7155 ●その他運行内容に関すること 十和田市都市整備建築課 電話 0176-51-6735 |
| 提供時間 | 8時頃から 17 時頃までの1日8便 (4往復)、火・金・土の週3日運行 | | |
| 運 休 日 | 広報とわだ、市ホームページをご 確認ください | | |
| 対象地域 | 東コミュニティセンターバス停と中 央病院バス停を結ぶ区間 | | |

| 東コミュニティセンター→市街地 | | | | | 市街地→東コミュニティセンター | | | | | | |
|-----------------|----------------------|------|------|-------|-----------------|-----|----------------------|-------|-------|-------|-------|
| E1 | 東コミュニティセンター(構内) | 8:25 | 9:25 | 11:10 | 15:15 | E20 | 中央病院 | 10:20 | 13:00 | 14:30 | 16:15 |
| E2 | 北里大学通(ローン十和田三本木下平店前) | 8:26 | 9:26 | 11:11 | 15:16 | E19 | 市役所(構内) | 10:21 | 13:01 | 14:31 | 16:16 |
| E3 | 藤高(藤高分館) | 8:28 | 9:28 | 11:13 | 15:18 | E18 | まちなか交通広場 | 10:25 | 13:05 | 14:35 | 16:20 |
| E4 | 一本木沢① | 8:29 | 9:29 | 11:14 | 15:19 | E17 | 十丁目 | 10:28 | 13:08 | 14:38 | 16:23 |
| E5 | 一本木沢② | 8:30 | 9:30 | 11:15 | 15:20 | E16 | 元町東 | 10:29 | 13:09 | 14:39 | 16:24 |
| E6 | 一本木沢③(一本木沢会館) | 8:31 | 9:31 | 11:16 | 15:21 | E15 | ユニバース十和田東 | 10:30 | 13:10 | 14:40 | 16:25 |
| E7 | 一本木沢④ | 8:32 | 9:32 | 11:17 | 15:22 | E14 | ひがしの⑤(旧ひがし野団地駅) | 10:32 | 13:12 | 14:42 | 16:27 |
| E8 | 一本木沢⑤ | 8:33 | 9:33 | 11:18 | 15:23 | E13 | ひがしの④ | 10:34 | 13:14 | 14:44 | 16:29 |
| E9 | 一本木沢⑥ | 8:36 | 9:36 | 11:21 | 15:26 | E12 | ひがしの③ | 10:35 | 13:15 | 14:45 | 16:30 |
| E10 | ひがしの①(ひがしの会館) | 8:38 | 9:38 | 11:23 | 15:28 | E11 | ひがしの② | 10:36 | 13:16 | 14:46 | 16:31 |
| E11 | ひがしの② | 8:39 | 9:39 | 11:24 | 15:29 | E10 | ひがしの①(ひがしの会館) | 10:37 | 13:17 | 14:47 | 16:32 |
| E12 | ひがしの③ | 8:40 | 9:40 | 11:25 | 15:30 | E9 | 一本木沢⑥ | 10:39 | 13:19 | 14:49 | 16:34 |
| E13 | ひがしの④ | 8:41 | 9:41 | 11:26 | 15:31 | E8 | 一本木沢⑤ | 10:42 | 13:22 | 14:52 | 16:37 |
| E14 | ひがしの⑤(旧ひがし野団地駅) | 8:43 | 9:43 | 11:28 | 15:33 | E7 | 一本木沢④ | 10:43 | 13:23 | 14:53 | 16:38 |
| E15 | ユニバース十和田東店 | 8:45 | 9:45 | 11:30 | 15:35 | E6 | 一本木沢③(一本木沢会館) | 10:44 | 13:24 | 14:54 | 16:39 |
| E16 | 元町東 | 8:46 | 9:46 | 11:31 | 15:36 | E5 | 一本木沢② | 10:45 | 13:25 | 14:55 | 16:40 |
| E17 | 十丁目 | 8:47 | 9:47 | 11:32 | 15:37 | E4 | 一本木沢① | 10:46 | 13:26 | 14:56 | 16:41 |
| E18 | まちなか交通広場 | 8:50 | 9:50 | 11:35 | 15:40 | E3 | 藤高(藤高分館) | 10:47 | 13:27 | 14:57 | 16:42 |
| E19 | 市役所(構内) | 8:54 | 9:54 | 11:39 | 15:44 | E2 | 北里大学通(ローン十和田三本木下平店前) | 10:49 | 13:29 | 14:59 | 16:44 |
| E20 | 中央病院 | 8:55 | 9:55 | 11:40 | 15:45 | E1 | 東コミュニティセンター(構内) | 10:50 | 13:30 | 15:00 | 16:45 |

こちらの QR コードより、「市街地循環バス」「西地区シャトルバス」「東地区シャトルバス」の運行経路や運休など詳しい情報をお知らせしています。



おしらせ

市街地循環バスなどの運賃無償化制度 「駒らんパス」をはじめます

日常生活での移動に困難を抱えている人を支援するため、高齢者等に市街地循環バスなどで利用できる運賃無料乗車証「駒らんパス」を交付しています。



■利用できるバス 市街地循環バス 東地区シャトルバス 西地区シャトルバス

■利用方法 バス降車時に、「駒らんパス」を運転手へご提示ください。

小・中学生及び高校生は、「駒らんパス」が無くても次の方法により無料で利用できます。

- 小学生 バス降車時に運転手へ小学生であることを口頭で申し出してください。
- 中学生・高校生 バス降車時に運転手へ学生証を提示してください。



■対象となる人 本市に住民票があり、次のいずれかに該当する人

| | 18歳以下の人 | 満65歳以上の人 | 障害者手帳・ 特定医療費(指定難病) 受給者証をお持ちの人 | 生活保護受給者 | 妊婦、または1歳6か月 までの子の母親 |
|----------|--|---|---|-----------------------|--|
| 申請 など | 小・中学生 高校生 申請不要 (駒らんパス不要) | ⑦満65歳以上の人 電子申請または 窓口申請 してください ※ただし、次の①④ のいずれかに 該当する人は 申請不要 | 電子申請または窓口に申し出してくだ さい ※満65歳以上で該当する人はこちら で手続きを行ってください。 | | これから母子健康 手帳の交付を受け る人 申請不要 母子健康手帳交付 時に希望を確認し ます。 すでに母子健康手 帳の交付を受けた 人 電子申請または 窓口に申し出して ください |
| 必要 書類 | 本人確認書類 (マイナンバーカード、運転免許証など) | | 指定難病の人は特定医療受給者証 | なし | |
| 有効 期限 | 18歳を迎えた年度 の3/31まで | なし | 対象である期間 | 1歳6か月児 健診日まで | |
| 窓口 | 都市整備建築課 ☎51-6735 | ⑦① 高齢介護課 ☎51-6720 ④ 交通安全協会 ☎22-0213 | 生活福祉課 ●障害者手帳・特定医療費受給者証をお持ち の人 ☎51-6718 ●生活保護受給者 ☎51-6715、51-6739 | 子ども家庭センター ☎51-6734 | |
| 交付 | 【方 法】電子申請:申請から1週間程度で郵送します。窓口申請及び申し出:窓口で即日交付します。 【手数料】なし | | | | |
| その他 | 一度交付を受ければ、更新手続きは不要です。 | | | | |

生活
支
援
情
報

4 予約制乗合タクシー「おとたく」「ふかたく」「きりたく」「ふじたく」

☎ 0176-23-5372 (予約センター)

| | | | | |
|-------|--|---------------------------------------|---------|---|
| 内 容 | 予約のあった停留所に停車して運行する予約制タクシー | | 料 金 | 1回(片道)につき回数券1枚(500円又は300円) |
| 対 象 者 | どなたでもご利用できます ※事前に都市整備建築課で利用登録手続きをしてください(電話でも受付しています) | | | ※回数券を購入してご利用ください ① 2枚つづり回数券 1,000円 ② 10枚つづり回数券 3,000円 (有効期限 1カ月) |
| 提供時間 | 月～金曜日の平日 | | | ※「きりたく」の中屋敷 391、「ふじたく」の伝法寺 512・513 で乗降の場合は、1回(片道)につき回数券2枚 |
| 定 休 日 | 土日祝祭日及び年末年始 | | | ※現金でのお支払いはできません |
| 対象地域 | おとたく ふかたく きりたく ふじたく | 大下内・八斗沢地域 深持地域 切田地域 藤坂・伝法寺地域 | 問 合 せ 先 | ●十和田市地域公共交通会議事務局 (十和田市都市整備建築課内) ※不明な点や資料の請求についてはお問合せください 〒034-8615 十和田市西十二番町 6-1 電話 0176-51-6735 FAX 0176-22-9599 |
| 利用方法 | 利用希望日の前日の午後5時(利用日の前日が休日の場合は、平日の午後5時)までに、予約センター(☎0176-23-5372)にて予約します | | | |

| | | |
|--------------|--|---|
| おとたく 運行時間 | 1便 大下内 7:30 → 市街 8:00 2便 大下内 8:30 → 市街 9:00 3便 大下内 12:00 → 市街 12:30 4便 市街 12:30 → 大下内 13:00 5便 大下内 13:00 → 市街 13:30 6便 市街 15:00 → 大下内 15:30 |  |
| | こちらのQRコードより 停留所など詳しい情報 をお知らせしています | |
| ふかたく 運行時間 | 1便 深持 7:30 → 市街 8:00 2便 深持 9:30 → 市街 10:00 3便 深持 12:00 → 市街 12:30 4便 市街 12:30 → 深持 13:00 5便 深持 13:00 → 市街 13:30 6便 市街 16:00 → 深持 16:30 |  |
| | こちらのQRコードより 停留所など詳しい情報 をお知らせしています | |

| | | |
|--------------|--|---|
| きりたく 運行時間 | 1便 切田 8:00 → 市街 9:00 2便 切田 9:30 → 市街 10:30 3便 切田 11:00 → 市街 12:00 4便 市街 12:00 → 切田 13:00 5便 切田 13:00 → 市街 14:00 6便 市街 15:30 → 切田 16:30 |  |
| | こちらのQRコードより 停留所など詳しい情報 をお知らせしています | |
| ふじたく 運行時間 | 1便 藤坂 8:00 → 市街 8:30 2便 藤坂 10:00 → 市街 10:30 3便 藤坂 12:00 → 市街 12:30 4便 市街 12:30 → 藤坂 13:00 5便 藤坂 13:00 → 市街 13:30 6便 市街 16:00 → 藤坂 16:30 |  |
| | こちらのQRコードより 停留所など詳しい情報 をお知らせしています | |

5 「公共交通空白地有償運送」

☎ 0176-72-2780 (公共交通空白地有償運送事業事務局)

| | | | |
|-------|--|----------------|--|
| 内 容 | 旧十和田湖町地区の公共交通空白地 と路線バス停留所をつなぐ運送 ※利用には事前予約が必要です | 定 休 日 | 土日祝祭日及び年末年始 |
| | | 運 賃 | 300～1,000 円 ※乗降場所により異なります |
| 対 象 者 | 公共交通空白地に住所を有する方で 会員登録をした方 | 問 合 せ 予 約 先 | ●NPO 法人十和田奥入瀬郷づくり大学 公共交通空白地有償運送事業事務局 電話 0176-72-2780 |
| 提供時間 | 月～金曜日の平日 ※地区ごとに運行曜日が異なります | | ※経由地の停留所や運賃等の詳細に ついては直接お問い合わせください |

【焼山地区】

| 運行コース | 乗 降 場 所()内は経由地 | 往路1回目 | 往路2回目 | 復路1回目 | 復路2回目 | 料 金 | 運行日 |
|--------------|---|--------|--------|---------|---------|----------------|-------------|
| 立 石・ 山 口線 | 鳥谷部政光宅前 (高田・立石・山口) 奥入瀬ろまんパーク | 7:39 ↓ | 9:04 ↓ | 15:43 ↑ | 17:23 ↑ | 300 ~ 500 円 | 毎週 月・水・金 |
| | | 7:57 ↓ | 9:22 ↓ | 15:25 ↑ | 17:05 ↑ | | |
| 生 内・ 上川目線 | 田茂木神社前 (生内・上川目・仙ノ沢・下川目) 奥入瀬ろまんパーク | 7:40 ↓ | 9:05 ↓ | 15:42 ↑ | 17:22 ↑ | 300 円 | 毎週 火・木 |
| | | 7:57 ↓ | 9:22 ↓ | 15:25 ↑ | 17:05 ↑ | | |
| 山 屋・ 鳥谷附線 | 中川光之助宅前 (鳥谷附・山屋・川代・中里) 奥入瀬ろまんパーク | 7:42 ↓ | 9:07 ↓ | 15:40 ↑ | 17:20 ↑ | 300 円 | 毎週 火・木 |
| | | 7:57 ↓ | 9:22 ↓ | 15:25 ↑ | 17:05 ↑ | | |
| 長 沢・ 府金線 | 府金入口(県道側橋前) (中村・蓬畑・長沢・川口) 奥入瀬ろまんパーク | 7:41 ↓ | 9:06 ↓ | 15:41 ↑ | 17:21 ↑ | 300 円 | 毎週 月・水・金 |
| | | 7:57 ↓ | 9:22 ↓ | 15:25 ↑ | 17:05 ↑ | | |

【休屋・宇樽部・子ノ口地区】

| 運行コース | 乗 降 場 所()内は経由地 | 往 路 | 復 路 | 料 金 | 運行日 |
|---------------|---------------------------------|---------|---------|---------|-----------|
| 休 屋・ 焼山コース | 十和田湖国立公園協会前 (宇樽部) 奥入瀬溪流館前 | 8:04 ↓ | 16:41 ↑ | 1,000 円 | 毎週 月・金 |
| | | 8:50 ↓ | 15:55 ↑ | | |
| 宇樽部・ 休屋コース | 宇樽部バス停前 十和田湖診療所前 | 13:50 ↓ | 16:15 ↑ | 500 円 | 毎週 火・水 |
| | | 14:00 ↓ | 16:05 ↑ | | |
| | | 8:50 ↓ | 11:15 ↑ | 500 円 | 毎週 木 |
| 9:00 ↓ | 11:05 ↑ | | | | |

6 東京太陽(株)青森タクシー十和田営業所

☎ 0176-23-5155

十和田市東二十一番町 15-18

| | |
|-------|--|
| 内 容 | ユニバーサル研修を受けた乗務員の介助により、車イスの方も安心して乗込めます。 ※現在ジャパntaxi2台、今後増車予定 |
| 対 象 者 | 車イスのお客様。 |
| 提供時間 | 9:00~18:00 |
| 定 休 日 | 年中無休 |
| 対象地域 | 十和田市交通圏 |
| 料 金 | 距離制運賃又は、時間制運賃 |

シニア割引(65割引)…満65歳以上の方対象にタクシー料金の1割引
障がい者割引…タクシー料金の1割引

※)障がい者割引は身体障がい者福祉法に基づく身体障がい者手帳、又は療育手帳制度に規定する知的障がい者療育手帳往復割引…往復でご利用の場合帰り(往路)のタクシー料金が1割引

※往復割引とシニア割引又は障がい者と併用してお使いになれば帰り(復路)のタクシー料金が2割引

7 介護タクシー村上

☎ 0176-53-9887

☎ 080-2809-2859

上北郡六戸町小松ヶ丘1丁目 77-208

| | |
|-------|--|
| 内 容 | 介護タクシー業・体の不自由な方・車椅子利用者(リクライニング・ストレッチャー)の移動 ※キャラバン車使用 |
| 対 象 者 | 体の不自由な方ならどなたでも利用できます。 |
| 時 間 | 8:00~17:00 ※時間外は要相談(予約制) |
| 定 休 日 | 年中無休 |
| 対象地域 | 青森県内 |
| 料 金 | 初乗運賃(1.5kmまで) → 720円 ※回送料別 加算運賃(262mごとに) → 90円 貸切運賃(30分ごとに) → 3,480円 ※詳しい料金はお問合せください。 |

(各種割引)身体障がい者・知的障がい者・遠距離…1割引

病院、施設などの送り迎えや、冠婚・葬祭・ショッピング、観光・旅行などにもご利用ください。



この情報誌のタイトルについて

この障がい者生活支援情報誌は、「障害福祉サービス」の種類や相談窓口、「就労支援事業所」の作業内容などの情報、また食料品の配達等「生活支援情報」と、当事者の方々の生活にお役立ていただくための内容を掲載しています。

『より自分らしい生活を送って欲しい』そして『彩り（カラフル）ある生活を送れるように』という思いを込めてこのタイトルにしました。

令和7年10月 発行

発行元

社会福祉
法人

十和田市社会福祉協議会

〒034-0011 十和田市稲生町 18-33

TEL : 0176-23-2992 FAX : 0176-23-3227

URL : <https://towada-shakyo.or.jp>

