

医療・介護・福祉

社会資源ガイドブック



宿毛市医療・介護・福祉等連携協議会

平成31年3月発行（令和1年7月16日 訂正版）

目次

1. 医療機関	(入院可)	1
2. 医療機関	(入院不可)	1
3. 歯科診療所		3
4. 薬局		5
5. 介護保険事業所		
・居宅介護支援事業所、介護予防支援事業所		7
・在宅サービス		8
・施設サービス		10
・地域密着型サービス		11
・有料老人ホーム、高齢者住宅等		12
6. 医療機関・介護保険事業所(法人別)		13
7. 歯科診療所・薬局		15
8. 障害者福祉関係施設		16
9. 社会福祉協議会・市役所		17
10. 介護保険サービスの利用の手順		18
11. 宿毛市介護予防・日常生活支援総合事業		19
12. 自主グループ		20
13. 老人クラブ		21
14. 地域元気クラブ		22
15. 公民館サークル		23
16. 民生委員・主任児童委員		24
17. 福祉タクシー		25

医療機関(入院可)

大井田病院

〒788-0001

中央8丁目3番6号

Tel 63-2101

診療日：月～金、土（午前）

駐車台数：150台（障害者用駐車場あり）

出入りロスロップ：あり

- ※・医療療養型病棟
- ・地域包括ケア病棟



筒井病院

〒788-0783

平田町戸内1802番地

Tel 66-0013

診療日：月～金、土（午前）

駐車台数：28台（障害者用駐車場あり）

出入りロスロップ：あり

- ※・医療療養型病棟
- ・地域包括ケア病棟



聖ヶ丘病院

〒788-0051

押ノ川1196番地

Tel 63-2146

診療日：月～金

駐車台数：30台（障害者用駐車場あり）

出入りロスロップ：一部建物のみあり



高知県立幡多けんみん病院

〒788-0785

山奈町芳奈3番地1

Tel 66-2222

診療日：月～金

駐車台数：416台（障害者用駐車場あり）

出入りロスロップ：段差なし



医療機関(入院不可)

宿毛市立沖の島へき地診療所

〒788-0677

沖の島町母島1005番地

Tel 69-1330

診療日：水、木、金（午前）

駐車台数：1台



宿毛市立沖の島へき地診療所弘瀬出張所

〒788-0678

沖の島町弘瀬344番地

Tel 69-1331

診療日：火、金（午後）

駐車台数：0台



伊与田眼科

〒788-0004

長田町3番22-2号

TEL 63-0371

診療日：月～水、木（午前）、金、土（午前）

駐車台数：15台

出入りロスロープ：あり



清谷医院

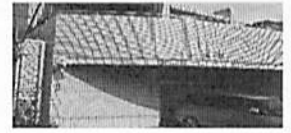
〒788-0001

中央3丁目3番18号

TEL 63-2302

診療日：月～水、木（午前）、金、土（午前）

駐車台数：4台



田村内科クリニック

〒788-0011

宿毛字鷺洲5361番地7

TEL 63-1668

診療日：月～水、木（午前）、金、土（午前）

駐車台数：20台（障害者用駐車場あり）



奥谷整形外科

〒788-0010

駅前町2丁目703

TEL 63-1202

診療日：月～水、木（午前）、金、土（午前）

駐車台数：20台（障害者用駐車場あり）

出入りロスロープ：あり



川村内科クリニック

〒788-0783

平田町戸内1256番地

TEL 66-2911

診療日：月～水、木（午前）、金、土（午前）

駐車台数：20台（障害者用駐車場あり）



いしはらクリニック

〒788-0000

宿毛5490番地

TEL 62-0505

診療日：月～水、金、土（午前）

駐車台数：20台（障害者用駐車場あり）

出入りロスロープ：あり



高見眼科

〒788-0000

宿毛5495番地15

TEL 62-0880

診療日：月～水、木（午前）、金、土（午前）

駐車台数：11台

出入りロスロープ：あり



いなげ胃腸科内科

〒788-0012

高砂33番17号

TEL 62-1113

診療日：月～水、木（午前）、金、土（午前）

駐車台数：14台（障害者用駐車場あり）



歯 科 医 院

おきのしま歯科

〒788-0677

沖の島町母島 1739 番地

TEL 090-9553-4966

※診療日等の詳細については上記電話番号に直接お問い合わせください。



カタクラ歯科

〒788-0013

片島 15 番 21 号

TEL 65-5125

診療日：月～水、木（午前）、金、土
駐車台数：5台



酒井歯科医院

〒788-0001

中央 4 丁目 1 番 31 号

TEL 63-2369

診療日：月～土

駐車台数：0台

訪問診療：要相談



坂本歯科医院

〒788-0003

幸町 2 番 18 号

TEL 63-0360

診療日：月～水、木（午前）、金、土

駐車台数：4台

※出入り口スロープはないが介助にて車椅子は可



竹松歯科

〒788-0001

中央 1 丁目 6 番 35 号

TEL 63-0227

診療日：月～水、木（午前）、金、土

駐車台数：5台

出入り口スロープ：あり



西町歯科医院

〒788-0025

西町 2 丁目 20 番 15 号

TEL 65-0001

診療日：月～水、金、土

駐車台数：8台 訪問診療：あり

出入り口スロープ：あり



西村歯科診療所

〒788-0031

貝塚 1 番 3 号

TEL 63-4748

診療日：月～水、金、土

駐車台数：4台 訪問診療：要相談



平井歯科医院

〒788-0012

高砂 22 番 11 号

TEL 65-7107

診療日：月～水、木（午前）、金、土

駐車台数：5台 訪問診療：要相談

出入り口スロープ：あり



二神歯科医院

〒788-0783

平田町戸内 4300 番地 1

TEL 66-1517

診療日：月～水、木（午前）、金、土

駐車台数：6 台

訪問診療：あり



米花歯科医院

〒788-0784

山奈町山田 1376 番地 3

TEL 66-1331

診療日：月～金、土（午前）

駐車台数：4 台 訪問診療：あり

出入りロスロープ：あり



本田歯科医院

〒788-0001

中央 4 丁目 2 番 29 号

TEL 63-2936

診療日：月～水、木（午前）、金、土

駐車台数：7 台

出入りロスロープ：あり



前田歯科矯正歯科

〒788-0005

萩原 1 番 31 号

TEL 63-3803

診療日：月～水、木（午前）、金、土

駐車台数：5 台

訪問診療：あり



吉田歯科

〒788-0001

中央 7 丁目 8 番 13 号

TEL 63-2666

診療日：月～水、木（午前）、金、土

駐車台数：6 台



薬 局

アイ薬局

〒788-0000

宿毛 5492 番地 2

TEL 63-1080

営業日：月～金、土（午前）

駐車台数：10台 薬の配達：あり

※出入りロスロープはないが、段差なし



あおぞら薬局

〒788-0783

平田町戸内 1898 番地 1

TEL 62-2700

営業日：月～金、土（14：00まで）

駐車台数：4台 薬の配達：要相談

出入りロスロープ：あり



大井田薬局

〒788-0001

中央 1 丁目 5 番 18 号

TEL 63-3249

営業日：月～土

駐車台数：6～7台



有限会社 木下薬局

〒788-0003

幸町 4 番 36 号

TEL 63-2508

営業日：月～金、土（14：00まで）

駐車台数：8台

薬の配達：あり



さわやか薬局

〒788-0783

平田町戸内 1747 番地

TEL 62-2988

営業日：月～金、土（9：00～15：00）

駐車台数：4台 薬の配達：要相談

出入りロスロープ：あり



合資会社ヒューマンすくも薬局

〒788-0783

平田町戸内 1255 番地 2

TEL 62-2207

診療日：月～金、土（午前）

駐車台数：5台

出入りロスロープ：あり



すみれ薬局 宿毛店

〒788-0010

駅前町 2 丁目 704

TEL 62-0093

診療日：月～金、土（午前）

駐車台数：6台

薬の配達：要相談



なおみ薬局

〒788-0001

中央 3 丁目 6 番 17 号

TEL 63-1587

診療日：月～金、土（午前）

駐車台数：4台

薬の配達：あり



まつむら薬局

〒788-0011

宿毛 1315 番地 6

TEL 63-4453



診療日：月～金、土（午前）

駐車台数：10台 薬の配達：あり

吉村調剤薬局 有限会社

〒788-0001

中央3丁目8番25号

TEL 63-0469



診療日：月～金、土（午前）

駐車台数：2台 薬の配達：あり

出入りロスロープ：あり

エール薬局 幡多店

〒788-0783

平田町戸内 2106 番地 8

TEL 62-2333



診療日：月～金、土のみ（9：00～10：00）

駐車台数：9台 薬の配達：あり

※出入りロスロープはないが、段差なし

すみれ薬局 けんみん前店

〒788-0783

平田町戸内 2085 番地 4

TEL 62-2244



診療日：月～金

駐車台数：10台 薬の配達：あり

出入りロスロープ：あり

けんみん薬局

〒788-0785

山奈町芳奈 3 番 18 号

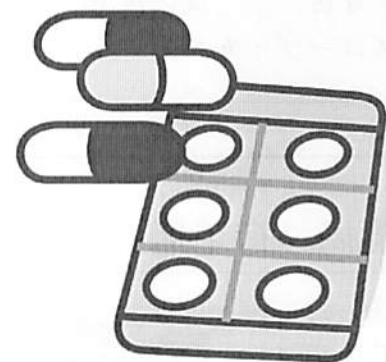
TEL 66-2710



診療日：月～金

駐車台数：4台 薬の配達：要相談

出入りロスロープ：あり



居宅介護支援・介護予防支援事業所

宿毛市東部居宅介護支援事業所

居宅介護支援

〒788-0783

宿毛市平田町

戸内 1824 番地

TEL 66-1188



宿毛市中央居宅介護支援事業所

居宅介護支援

〒788-0001

宿毛市中央

7丁目5番44号

TEL 63-1424



(有) たんぽぽ指定居宅介護事業所

居宅介護支援

〒788-0047

宿毛市橋上町

平野 228 番地

TEL 64-0755



居宅介護支援事業所 アップル

居宅介護支援

〒788-0001

宿毛市中央

2丁目3番1号 2F

TEL 62-0016



ヒロ・ケアサポート

居宅介護支援

〒788-0013

宿毛市片島

5番20号

TEL 65-5444



宿毛市地域包括支援センター

介護予防支援

〒788-0012

宿毛市高砂

4番56号

TEL 65-7665



在宅サービス

豊寿園ホームヘルプステーション

訪問介護

〒788-0783

宿毛市平田町

戸内 1824 番地

TEL 66-1188



宿毛中央ホームヘルプステーション

訪問介護

〒788-0001

宿毛市中央

7丁目5番44号

TEL 63-1103



(有) たんぽぽ訪問介護事業所

訪問介護

〒788-0047

宿毛市橋上町

平野 228 番地

TEL 64-0755



ヒロ・ケアサポート

訪問介護

〒788-0013

宿毛市片島

5番20号

TEL 65-0533



訪問介護事業所 アップル

訪問介護

〒788-0001

宿毛市中央

2丁目3番1号 2F

TEL 62-0016



宿毛中央訪問入浴介護事業所

訪問介護

〒788-0001

宿毛市中央

7丁目5番44号

TEL 63-1103



豊寿園訪問看護ステーション

訪問看護

〒788-0783

宿毛市平田町

戸内 1824 番地

TEL 66-1188

(平成 31 年 4 月より休止)



訪問看護ステーション すくも

訪問看護

〒788-0001

宿毛市中央

8丁目3番6号

TEL 63-0534



ちいきの訪問介護

訪問介護・自費サービス

〒788-0001

宿毛市中央

6丁目2番1号

TEL 63-9294



筒井病院

訪問リハ

〒788-0783

宿毛市平田町

戸内 1802 番地

TEL 66-0013



宿毛中央デイサービスセンター

通所介護（デイサービス）

〒788-0001

宿毛市中央

7丁目5番44号

TEL 63-1103



デイサービスセンターつどいの家

通所介護（デイサービス）

〒788-0783

宿毛市平田町

戸内 1813 番地 1

TEL 66-1188



デイサービスセンターたんぽぽ

通所介護（デイサービス）

〒788-0047

宿毛市橋上町

平野 228 番地

TEL 64-0755



デイサービス さくらんぼ

通所介護（デイサービス）

〒788-0013

宿毛市片島

5番20号

TEL 65-8566



大井田病院

通所リハ（デイケア）

〒788-0001

宿毛市中央

8丁目3番6号

TEL 63-2101



老人保健施設 ぎんなん荘

通所リハ（デイケア）

〒788-0783

宿毛市平田町

戸内 1802 番地

TEL 66-1177



株式会社マサキ・ウェルフェア

福祉用具貸与（レンタル）

〒788-0786

宿毛市平田町東平

1丁目5番11号

TEL 66-2362



有限会社あさひサービス

福祉用具貸与（レンタル）

〒788-0012

宿毛市高砂

7番11号

TEL 65-6933



宿毛市シルバー人材センター

訪問型サービスA（総合事業）

〒788-0012

宿毛市高砂4-56

TEL 79-0243



施設サービス

特別養護老人ホーム 豊寿園

介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）

〒788-0783

宿毛市平田町

戸内1813番地1

TEL 66-1188



特別養護老人ホーム 千寿園

介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）

〒788-0273

宿毛市小筑紫町

福良80番地6

TEL 62-3020



老人保健施設 ぎんなん荘

介護老人保健施設

〒788-0783

宿毛市平田町

戸内1802番地

TEL 66-1177



大井田病院

介護療養型医療施設

〒788-0001

宿毛市中央

8丁目3番6号

TEL 63-2101



ケアハウスすくも

特定施設入居者生活介護

〒788-0783

宿毛市平田町

戸内 1824 番地

TEL 66-2600



有料老人ホーム やいとがわ

特定施設入居者生活介護

〒788-0783

宿毛市平田町

戸内 3098 番地 1

TEL 62-2130



地域密着型サービス

グループホーム えやんばい

認知症対応型共同生活介護（グループホーム）

〒788-0783

宿毛市平田町

戸内 1822 番地 2

TEL 66-2666



グループホーム 宿毛の里

認知症対応型共同生活介護（グループホーム）

〒788-0038

宿毛市二ノ宮

1795 番地

TEL 62-0222



グループホーム 花みずき

認知症対応型共同生活介護（グループホーム）

〒788-0027

宿毛市港南台

2丁目9番25号

TEL 65-0660



グループホーム ひじり

認知症対応型共同生活介護（グループホーム）

〒788-0051

宿毛市押ノ川

1196 番地

TEL 63-2333



グループホームこすもす

認知症対応型共同生活介護（グループホーム）

〒788-0000

宿毛市宿毛

5373 番地 5

TEL 63-4820



すくも高齢者住宅 菜の花

地域密着型特定施設入居者生活介護

〒788-0783

宿毛市平田町

戸内 223 番地 1

TEL 66-1921



有料老人ホーム、高齢者住宅等（介護保険外）

有料老人ホーム すくも

有料老人ホーム
〒788-0038
宿毛市二ノ宮
1795 番地
Tel. 62-0555



有料老人ホーム たんぽぽ

有料老人ホーム
〒788-0047
宿毛市橋上町
平野 228 番地
Tel. 64-0755



有料老人ホーム さくら苑

有料老人ホーム
〒788-0013
宿毛市片島
5 番 2 0 号
Tel. 65-7557



有料老人ホーム ひまわり

有料老人ホーム
〒788-0031
宿毛市貝塚 1 2 番
6-7-1 号
Tel. 63-1233



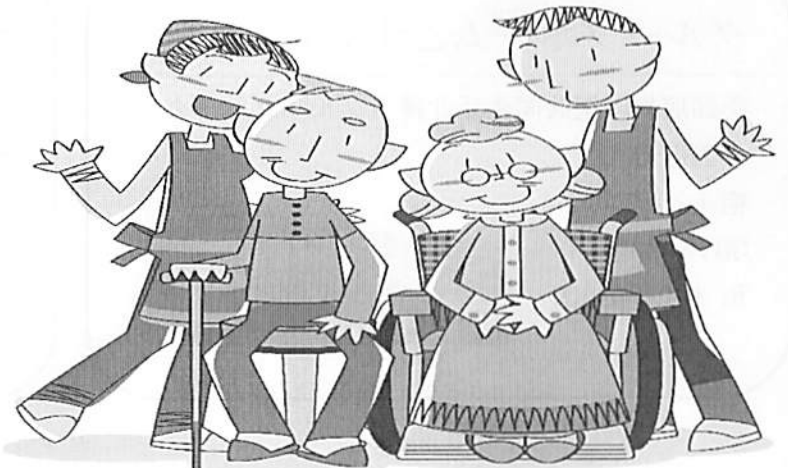
高齢者専用賃貸住宅サザンクロスⅡ

高齢者専用賃貸住宅
〒788-0784
宿毛市山奈町
山田 6318 番地
Tel. 66-0808



高齢者住宅 あおぞら

高齢者専用賃貸住宅
〒788-0000
宿毛市宿毛
5342 番地 42
Tel. 63-1307



医療機関・介護保険事業所(法人別)

事業所名	事業種類	住所	電話番号	
医療法人 薫会				
奥谷整形外科	医療機関	宿毛市駅前町2丁目703番地	63-1202	
医療法人 互生会				
筒井病院	医療機関	宿毛市平田町戸内1802番地	66-0013	
訪問リハビリテーション	訪問リハビリ			
老人保健施設 ぎんなん荘	介護老人保健施設	宿毛市平田町戸内3098番地	66-1177	
	短期入所			
デイケア				
有料老人ホーム やいとがわ	特定施設入居者生活介護		62-2130	
医療法人 祥星会				
聖ヶ丘病院	医療機関	宿毛市押ノ川1196番地	63-2146	
訪問看護ステーション であい	訪問看護(医療)	宿毛市押ノ川1052番地1	63-0333	
グループホーム ひじり	グループホーム	宿毛市押ノ川1196番地	63-2333	
医療法人 真誠会				
田村内科クリニック	医療機関	宿毛市宿毛字鷺洲5361番地	63-1668	
医療法人 長生会				
大井田病院	医療機関	宿毛市中央8丁目3番6号	63-2101	
	デイケア			
訪問看護ステーション すくも	訪問看護		63-0534	
医療法人 明早会				
いしはらクリニック	医療機関	宿毛市宿毛5490番地	62-0505	
株式会社 すくも				
居宅介護支援事業所 アップル	居宅介護支援	宿毛市中央2丁目3番1号 2F	62-0016	
訪問介護事業所 アップル	訪問介護			
グループホーム 宿毛の里	グループホーム	宿毛市二ノ宮1795番地	62-0222	
有料老人ホーム すくも	有料老人ホーム		62-0555	
(株)マサキ・ウェルフェア				
株式会社 マサキ・ウェルフェア 西南事務所	福祉用具貸与	宿毛市平田町東平 1丁目5番11号	66-2362	
	福祉用具販売			
社会福祉法人 愛生福祉会				
特別養護老人ホーム 豊寿園	介護老人福祉施設	宿毛市平田町戸内1813番地1	66-1188	
	短期入所			
デイサービスセンター つどいの家	デイサービス	宿毛市平田町戸内1822番地2	66-2666	
グループホーム えやんばい	グループホーム			
宿毛市東部居宅介護支援事業所	居宅介護支援	宿毛市平田町戸内1824番地	66-1188	
豊寿園ホームヘルパーステーション	訪問介護			
ケアハウス すくも	特定施設入居者生活介護			66-2600
豊寿園 訪問看護ステーション	訪問看護			66-1188
ちいきの福祉 合同会社				
ちいきの訪問介護	訪問介護	宿毛市中央6丁目2番1号	63-9294	
有限会社 フロル・デ・コルサ				
すくも高齢者住宅菜の花	地域密着型特定施設 入居者生活介護	宿毛市平田町戸内223番地1	66-1921	

事業所名	事業種類	住所	電話番号
社会福祉法人宿毛福祉会			
宿毛市中央居宅介護支援事業所	居宅介護支援	宿毛市中央7丁目5番44号	63-1424
宿毛中央 ホームヘルパーステーション	訪問介護		63-1103
宿毛中央 デイサービスセンター	デイサービス		
宿毛中央訪問入浴介護事業所	訪問入浴		
特別養護老人ホーム 千寿園	老人福祉施設 短期入所	宿毛市小筑紫町 福良80番6号	62-3020
有限会社 あさひサービス			
有限会社 あさひサービス	福祉用具販売 福祉用具貸与	宿毛市高砂7番11号	65-6933
合資会社サザンクロスしみず			
高齢者専用賃貸住宅サザンクロスⅡ	高齢者専用賃貸住宅	宿毛市山奈町山田6318番地	66-0808
有限会社 沙羅			
グループホーム こすもす	グループホーム	宿毛市宿毛5373番地5	63-4820
有限会社 たんぽぽ			
有限会社 たんぽぽ 指定居宅介護支援事業所	居宅介護支援	宿毛市橋上町平野228番地	64-0755
デイサービスセンター たんぽぽ	デイサービス		
有限会社 たんぽぽ訪問介護事業所	訪問介護		
有料老人ホームたんぽぽ	有料老人ホーム(住宅型)		
有限会社 ワンカラ			
デイサービス さくらんぼ	デイサービス	宿毛市片島5番20号	65-8566
グループホーム 花みずき	グループホーム	宿毛市港南台2丁目9番25号	65-0660
ヒロ・ケアサポート	訪問介護 居宅介護支援	宿毛市片島5番20号	65-5444
有料老人ホームひまわり	有料老人ホーム	宿毛市貝塚12番6-7-1号	63-1233
有料老人ホームさくら苑	有料老人ホーム	宿毛市片島5番20号	65-7557
高齢者住宅 あおぞら	高齢者住宅	宿毛市宿毛5342番地42	63-1307
その他医療機関			
いなげ胃腸科内科	医療機関	宿毛市高砂33番17号	62-1113
高見眼科	医療機関	宿毛市宿毛5495番15号	62-0880
清谷医院	医療機関	宿毛市中央3丁目3番18号	63-2302
伊与田眼科	医療機関	宿毛市長田町3丁目22番2号	63-0371
川村内科クリニック	医療機関	宿毛市平田町戸内1256番地	66-2911
医療機関・公営			
宿毛市立沖の島へき地診療所 弘瀬出張所	医療機関	宿毛市沖の島町弘瀬344番地	69-1331
宿毛市立沖の島へき地診療所	医療機関	宿毛市沖の島町 母島1005番地	69-1330
高知県立幡多けんみん病院	医療機関	宿毛市山奈町芳奈3番1号	66-2222
社会福祉法人 宿毛市社会福祉協議会			
宿毛市地域包括支援センター	居宅介護予防支援	宿毛市高砂4番56号	65-7665
一般社団法人 宿毛市シルバー人材センター			
宿毛市シルバー人材センター	訪問型サービスA	宿毛市高砂4番56号	79-0243

歯科診療所

名称	〒	住所	電話
おきのしま歯科	788-0677	宿毛市沖の島町母島1739番地	090-9553-4966
カタクラ歯科	788-0013	宿毛市片島15番21号	0880-65-5125
酒井歯科医院	788-0001	宿毛市中央4丁目1番31号	0880-63-2369
坂本歯科医院	788-0003	宿毛市幸町2番18号	0880-63-0360
竹松歯科	788-0001	宿毛市中央1丁目6番35号	0880-63-0227
西町歯科医院	788-0025	宿毛市西町2丁目20番15号	0880-65-0001
西村歯科診療所	788-0031	宿毛市貝塚1番3号	0880-63-4748
平井歯科医院	788-0012	宿毛市高砂22番11号	0880-65-7107
二神歯科医院	788-0783	宿毛市平田町戸内4300番地1	0880-66-1517
米花歯科医院	787-0784	宿毛市山奈町山田1376番地3	0880-66-1331
本田歯科医院	788-0001	宿毛市中央4丁目2番29号	0880-63-2936
前田歯科矯正歯科	788-0005	宿毛市萩原1番31号	0880-63-3803
吉田歯科	788-0001	宿毛市中央7丁目8番13号	0880-63-2666

薬局

名称	〒	住所	電話
アイ薬局	788-0000	宿毛市宿毛5492番地2	0880-63-1080
あおぞら薬局	788-0783	宿毛市平田町戸内1898番地1	0880-62-2700
大井田薬局	788-0001	宿毛市中央1丁目5番18号	0880-63-3249
有限会社 木下薬局	788-0003	宿毛市幸町4番36号	0880-63-2508
さわやか薬局	788-0783	宿毛市平田町戸内1747番地	0880-62-2988
合資会社ヒューマンすくも薬局	788-0783	宿毛市平田町戸内1255番地2	0880-62-2207
すみれ薬局 宿毛店	788-0010	宿毛市駅前町2丁目704番地	0880-62-0093
なおみ薬局	788-0001	宿毛市中央3丁目6番17号	0880-63-1587
まつむら薬局	788-0011	宿毛市宿毛1315番地6	0880-63-4453
吉村調剤薬局 有限会社	788-0001	宿毛市中央3丁目8番25号	0880-63-0469
エール薬局 幡多店	788-0783	宿毛市平田町戸内2106番地8	0880-62-2333
すみれ薬局 けんみん前店	788-0783	宿毛市平田町戸内2085番地4	0880-62-2244
けんみん薬局	788-0785	宿毛市山奈町芳奈3番18号	0880-66-2710

障害者福祉関係施設

事業所名	事業種類	住所	電話番号
NPO法人 幡多ウェルフェアネット			
はた相談支援センターねっと	地域相談支援	宿毛市中央 3丁目2番15号	63-9900
	特定相談支援		
	障害児相談支援		
	法人後見事業		
社会福祉法人 高知西南福祉協会			
相談支援事業所 宿毛授産園	特定相談支援	宿毛市貝塚19番21号	63-5651
宿毛授産園	施設入所 生活介護 短期入所 共同生活援助		
ワークセンターすくも	生活介護 就労移行支援 就労継続支援B型 就労定着支援		63-5650
ピアハウスすくも	施設入所・生活介護	宿毛市貝塚18番7号	63-5580
宿毛育成園	施設入所 生活介護 短期入所	宿毛市貝塚19番10号	63-2806
就労支援事業所 ひだまり	就労継続支援B型	宿毛市駅東町4丁目801 番地	63-2960
幡多福祉会			
幡多希望の家	療養介護 短期入所	宿毛市平田町中山867 番地	66-2212
幡多希望の家 相談支援センター	特定相談支援事業 障害児相談支援		
幡多希望の家 ヘルパーステーション	居宅介護	宿毛市山奈町芳奈3365 番地	
幡多希望の家 さくらんぼホーム	生活介護		
幡多希望の家 通園センターさくらんぼ	児童発達支援 放課後等デイサービス 保育所等訪問支援		
幡多希望の家 通園センターつくしんぼ	放課後等デイサービス 児童発達支援センター 保育所等訪問支援		
NPO法人 かざぐるま			
なないろ工房	就労継続支援B型	宿毛市平田町戸内2121 番地7	66-2709
医療法人 祥星会			
グループホーム	共同生活援助	宿毛市押ノ川 1196番地	63-2146
NPO法人 ひかりの会			
ひかり共同作業所	就労継続支援B型	宿毛市小筑紫町 福良16番地4	67-2902
グループホームひかり	共同生活援助	宿毛市長田町3番15号 コーポワート2F	

係	事業内容	住所	電話
社会福祉法人 宿毛市社会福祉協議会			
生活福祉資金貸付制度	低所得世帯等に対し、資金を貸付け、自立を促します。	〒788-0012 高砂4番56号	65-7665
生活困窮者自立支援制度	生活に困窮した状態にある方に対して、生活全般の困り事について相談支援を行います。		
日常生活自立支援事業	判断能力が不十分な方の福祉サービスの利用を援助し、それに伴う手続きや金銭管理等の支援を行います。		
地域包括支援センター	高齢者やその家族に対して介護保険だけでなく様々な制度や社会資源を利用した総合的相談・支援を行います。		
あったかふれあいセンターすくも	高齢者から児童までの集いの場を提供したり、安否確認のための訪問や、簡単な生活支援などを地域のニーズに合わせて提供していく小規模で多機能な支援拠点です。		
あったかふれあいセンターおきのしま		〒788-0678 沖の島町弘瀬362-2	62-5056

一般社団法人 宿毛市シルバー人材センター			
シルバー人材センター	高齢者による軽微な作業を行います。	〒788-0012 高砂4番56号	0880-79-0243

宿毛市役所

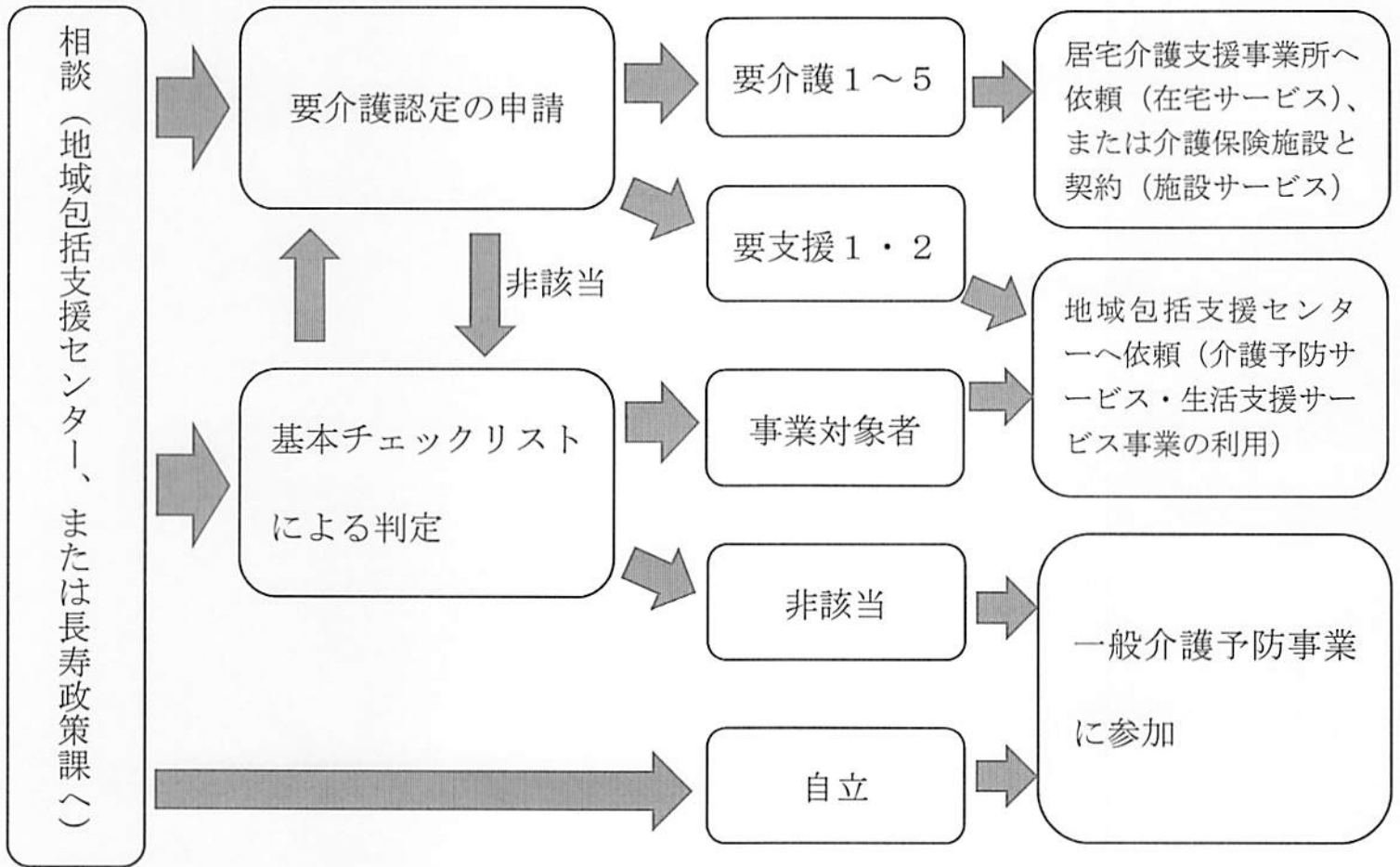
係	事業内容	住所	電話
福祉事務所			
保護係	生活保護、住宅手当の申請等	〒788-8686 宿毛市桜町2番1号	63-3311
社会福祉係	障害者手帳の申請等		63-1114

健康推進課			
保健衛生係	健康診査、各種がん検診、予防接種	〒788-8686 宿毛市桜町2番1号	63-1113
健康指導係	成人保健(健康増進)、精神保健、母子保健各種相談事業		

長寿政策課			
介護保険係	介護保険	〒788-8686 宿毛市桜町2番1号	63-9112
予防係	介護予防(健康相談、自主グループ活動の支援、訪問指導)、高齢者虐待防止、配食サービス、住宅改造、長寿手帳、生きがい大学		

介護保険サービスの利用の手順

生活機能の低下があり、介護サービスを受けたい、または介護予防に取り組みたいといった場合は、地域包括支援センターまたは長寿政策課へご相談ください。



各手順での詳しい内容については宿毛市の介護保険に関するパンフレット『みんなで支える介護保険』をご覧ください。



介護予防・日常生活支援総合事業

介護予防・日常生活支援総合事業（以下：総合事業）とは

高齢者が自身の能力を最大限に活かしつつ、住み慣れた地域でいつまでも元気で自立した生活を営むために全国一律となっていた「介護予防訪問介護」と「介護予防通所介護」が市のサービスへ移行され、「総合事業」として地域の実情に応じたサービス提供ができるようになっていきます。

総合事業のサービスを利用するには？

総合事業のサービス対象となるのは、「要支援1」または「要支援2」と認定された方、サービス事業対象者（基本チェックリストの中で生活機能の低下が認められる方）と判定された方です。

※基本チェックリストとは

身体や心の状態などに関する25の質問に回答します。この結果によって事業対象者かどうかを判断します。

宿毛市の現在の介護予防・生活支援サービス（R1.7月現在）

これまでと同様の「通所介護」「訪問介護」のサービスに加えて、下記の宿毛市独自のサービスが利用できます。

- 訪問型サービスA・・・訪問型サービスAの担い手養成講座を修了した支援者の方が訪問し、掃除や洗濯、買い物、ゴミ出しなどの家事援助を一緒に行うサービスです。
- 通所型サービスC・・・生活機能を向上させる事を目的として筋力訓練や病気・栄養の事について学ぶ教室、口のケアなどを行う、原則3ヶ月間の短期集中型サービスです。

くわしくは、宿毛市役所 長寿政策課（TEL0880-63-9112）
または、宿毛市地域包括支援センター（TEL0880-65-7665）
までお問い合わせください。

「いきいき百歳体操」自主グループ

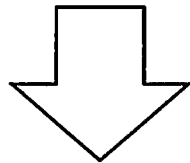
自主グループは、住民主体で行う「いきいき百歳体操」を実施するグループです。宿毛市では、次の条件に当てはまり、自分たちで体操をしてみたいという地域を支援しています。

- ① 週に1回（もしくは2回）実施が出来る。
- ② 3か月以上続ける事ができる。
（体操の効果が、3か月続ける事であらわれるため）
- ③ 地区の人が誰でも参加できる。（5人以上参加者がいること）

※具体的な支援の内容は以下のような形になります。

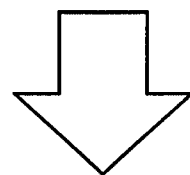
相談があれば・・・

- 会場、テレビ、DVDプレイヤーの準備など、相談にのります。
- 「ぼちぼちやろう講座」を行います。



体操開始が決まれば・・・

- 体操指導に毎週1回（計4回）行きます。
 - 体力測定をします。（3週目）
- ※おもりの貸し出しもできます。（3か月間）



定期的な支援として・・・

- 体操指導を行います（3か月後、6か月後、1年後）
- 体力測定をします。（3か月後、1年後）

現在宿毛市では、44か所（H31年3月現在）で自主グループが活動しています。「坂道を歩くのが楽になった」「椅子からの立ち上がりが楽になった」など効果を実感される方も多く、実際に体操前後の体力測定結果でも効果がみられています。また、集まることが生活の楽しみとなり、地域の交流を深めることにもつながってきます。

宿毛市老人クラブ連合会 単位老人クラブ一覧表

(平成31年4月1日現在)

	地区	単老名	男	女	計
街	中央	新生さくら会	6	25	31
	中央	街区あけぼの会	2	32	34
	沖須賀	沖若会	18	22	40
	中央	老笑会	10	21	31
	貝塚	貝塚じょうもんクラブ	21	30	51
	坂ノ下	若喜会	12	26	38
西	西町	西町さつき会	26	22	48
	大深浦	中西さざなみ会		9	9
	宇須々木	宇須々木老人クラブ	24	38	62
	高砂	高砂シラサギ会	12	24	36
	片島	片島第1寿会	7	24	31
	片島	片島第2寿会	9	22	31
	大島	清寿会	9	40	49
小筑紫	栄喜	みどり会	13	29	42
	小筑紫	白梅会	13	29	42
	内外ノ浦	さざなみ会	11	23	34
	大海	大海なぶら会	1	24	25
和田・橋上	押ノ川	押ノ川老人クラブ	25	23	48
	和田	和田老人クラブ	18	21	39
	二ノ宮	青雲会	45	61	106
	長野	なでしこ会	6	8	14
	中角	楽親会	20	20	40
	山北	山北篠南会	14	18	32
	楠山	どんぐり湖	3	20	23
東	平田	いきいきクラブ平田	25	51	76
	山田下	喜楽会	8	27	35
	山田上	十六夜会	14	22	36
	手代岡	手代岡真和会	14	27	41
沖の島	母島	母島若葉会	16	18	34
	弘瀬	若島会	11	19	30
			413	775	1188

詳細については宿毛市老人クラブ連合会事務局(65-7665)までお問い合わせください

地域元気クラブ開催一覧表

	地区名	場 所	洋式トイレ	スロープ
1	鶴来島	鶴来島小中学校	○	×
2	母島	沖の島総合開発センター	○	×
3	弘瀬	老人憩いの家	○	×
4	片島	片島公民館	○	○
5	戸内	東部農村環境改善センター	○	○
6	竹部	竹部集会所(生活改善センター)	○	×
7	小島	小島集会所	○	×
8	黒川	黒川集会所	○	×
9	橋上	橋上生活改善センター	○	○
10	山北	山北集会所	○	×
11	坂本	坂本集会所	○	×
12	芳奈	芳奈老人憩いの家	○	×
13	西町	西町公会堂	○	○
14	山田上	馬場住集会所	○	×
15	二ノ宮	二ノ宮集会所	○	○
16	長尾	長尾コミュニティーセンター	○	○
17	大島	大島公民館	△	×
18	伊与野	伊与野集会所	×	×
19	港南台	港南台集会所(コミュニティーセンター)	○	○
20	栄喜	旧 栄喜保育園	△	×
21	錦(新田)	新田集会所	×	×
22	神有	神有集会所	○	×

※街・高石・野地地区についてはR1.7月時点で休止中となっております。
詳細につきましては宿毛市社会福祉協議会(65-7665)までお問い合わせください。

【地域元気クラブ活動事業】

1. 目的:高齢者の自立支援、社会的孤立感の解消、心身機能の維持向上等を図る。
2. 特徴:小地域を単位に公共施設を拠点にして、地元支援者の主体的活動により地域性を活かした活動を展開。原則としてつき1回の開催。時間は、おおむね10時30分から14時の間で場所によって若干の違いがある。
3. 実施主体:宿毛市
4. 受託機関:社会福祉法人宿毛市社会福祉協議会(電話65-7665)
5. サービスの内容:① 昼食の提供 ② レクリエーションや交流 ③ 健康チェックなど
6. 利用登録 利用希望者は、利用登録申請書により市福祉事務所に登録申請を行う。
7. 利用料:1回あたり300円程度の食事代実費
8. 原則として送迎は実施していない。

公民館サークル紹介

問合せ先 宿毛市立中央公民館(宿毛文教センター内)63-2618

(平成30年4月1日現在)

No.	区分	サークル名	場所	実施日	時間	講師名	代表者
1	合唱	宿毛市民合唱団	多目的ホール	毎週木曜日	19:00~21:30	佐竹佳子	吉松邦男
2	合唱	ゆりかごの会	多目的ホール	第1・3水曜日	9:30~11:30	柿本朱美	江口純子
3	歌謡体操	リフレッシュ歌謡体操	多目的ホール	毎週水曜日	13:00~15:00	永富鶴美子 宮尾和子	宮尾和子
4	3B体操	3B体操同好会	多目的ホール	第2・4木曜日	13:30~15:30	高木淳子	熊岡実恵子
5	太極拳	宿毛市太極拳クラブ	多目的ホール	毎週火曜日	19:30~22:00	講師4名	山本尚美
6	フラダンス	ポーハイすくも	多目的ホール	第1・3水曜日	10:00~12:00	北原千代美	畠山加代
7	フラダンス	コモハナ すくも	多目的ホール	第2・4金曜日	19:30~21:30	北原千代美	柴岡由美子
8	ダンス	すくも社交ダンス愛好会	多目的ホール	毎月3回 (日曜日)	19:00~21:00	山本洋子	東豊喜
9	詩吟	高知岳風会宿毛支部	会議室1	毎週火曜日	13:30~15:30	秋田コハミ	高木重信
10	中国語	中国語サークル	会議室1 他	第2木曜日	19:30~21:00	橋本敏	高倉真弓
11	川柳	宿毛川柳会	会議室1	第2土曜日	12:30~16:00	小笠原望	谷忠
12	いけばな	いけばなサークル	会議室2	第2水曜日	19:00~21:00	山沖郁代	島原ゆみ
13	大正琴	双葉会	会議室2	第1・3金曜日	13:00~15:00	熊井弘子	野村澄子
14	墨彩画	桜墨会	会議室2	第1・3月曜日	19:00~21:00		谷口美智子
15	書道	かな書道蒼明会	会議室2	第2・4日曜日	10:00~12:00	助村明美	金澤由起美
16		墨雲書道会	会議室3	第1・2金曜日	19:00~21:00	兵頭幸與	兵頭幸與
17		墨雅書道会	会議室2	第1・3水曜日	19:30~21:30	武山順子 (松翠)	武山順子 (松翠)
18	俳句	すくも俳句会	会議室3	第1土曜日 第3水曜日	14:00~17:00 19:00~21:30	篠田猛	篠田猛
19	ちぎり絵	和紙ちぎり絵しゅんこう	会議室3	第3土曜日	13:30~16:00	篠田和代	篠田和代
20	琴	琴の会	和室1	第1・2・3水曜日	19:30~22:00	有田都子	大田有美子
21	日舞	宿毛胡蝶会	和室2	第2・4木曜日	13:00~16:00	岡村真弓 (慶祥芳蝶)	山下量子
22		藤間若文化教室	和室2	毎週金曜日	12:00~17:00 17:00~21:00	藤間若	竹松美季子
23	洋画	宿毛絵をかく会	創作室	第2土曜日	13:00~17:00		藤岡久仁雄
24	日本画	萌の会	創作室	第1・3土曜日	13:30~15:30		大谷玲子
25		美の会	創作室	第1・3木曜日	9:30~11:30		松岡蘭子
26	絵手紙	絵手紙 遊会	会議室2・ 創作室(夜間)	第1水曜日	10:00~12:00 14:00~16:00 18:30~20:30	西尾美早香	西尾美早香
		創作室	第2水曜日	19:00~21:00			

中央公民館以外の場所で活動するサークル

No.	区分	サークル名	場所	実施日	時間	講師名	連絡先
27	ちぎり絵	ちぎり絵教室	東部農村環境 改善センター	第2月曜日	10:00~12:00	川田幸代	野口節子
28	習字	筑紫習字グループ	小筑紫基幹 集落センター	7日・17日・27日	13:00~15:00	丸山朝流	柿本光代

宿毛市民生児童委員・主任児童委員について

※下表の地区ごとに、民生児童委員・主任児童委員がおります。

詳細は事務局までお問い合わせください。 民生児童委員協議会事務局（65-7665）

地区	担 当 区	地区	担 当 区	
中央	中央2丁目・松田町	東部	和田	
	桜町		正和	
	中央1・6丁目（欠員）		さくらが丘	
	中央3・8丁目・南沖須賀		押ノ川	
	中央4・5丁目		二ノ宮・平井・二ノ宮住宅	
	中央7丁目		中角	
	萩原・萩原住宅		高石・野地・長野	
	長田町		小川・草木藪	
	幸町		山北	
	与市明・高校住宅		橋上	橋上
	坂ノ下	平野（欠員）		
	四季の丘	奥奈路・還住藪		
	貝塚	神有		
西部	新田・沖新田・駅前町 ・駅東町	坂本	坂本	
	高砂		楠山・出井	
	錦・小深浦・大深浦		平田	中山・寺山・寺尾
	自由ヶ丘			師高瀬・森・車岡・県営住宅宿毛団地
	西町1・5丁目	貝礎・東平		
	西町2・3・4丁目・地域振興住宅	徳師・中町・清水・北川・		
	樺・樺住宅・池島	沖前・中央・西天神・工業団地		
	港南台	東須賀・西須賀・橋田		
	藻津	下駄馬・上駄場・奥黒川・岡松		
	宇須々木	山奈		長尾
	大島7・11~17			竹石
	大島1~6・8~10			竹部・馬場住
	片島6・13~15・西片島		小島・手代岡	
	片島1~5		土居ノ内・天神・一生原	
片島7~12	芳奈			
小筑紫	舟ノ川・石原	沖の島	母島・古屋野・久保浦・長浜	
	福良		弘瀬	
	栄喜		鶴来島	
	小筑紫	主任児童委員	小筑紫	
	大海		旧和田・橋上・沖の島	
	伊与野・小三原		平田・山奈	
	湊・呼崎		街	
	内外ノ浦		西	
	田ノ浦・小浦			
	都賀ノ川			

※現在の民生委員の任期（3年）は
令和1年11月30日までとなります

福祉タクシー事業所

社名	電話番号	住所	料金	追加料金	その他
ひまわりタクシー	65-0005	高砂	400円	80円/ 約460m 毎	ストレッチ ャー付き あり
	090-1952-6003				
江口福祉タクシー	63-3306	与市明	380円		
シルバーサービス	65-0800	小深浦	400円	80円/ 422m毎	乗用車
	090-1006-2464				
そら	65-5880	大深浦	400円		
	080-3167-8137				
トモ介護タクシー	62-2190	山奈	400円		
	090-4978-1777				
宿毛福祉タクシー	080-2998-4109	中角	400円		

※詳細につきましては各事業所に直接ご確認ください。