

令和6年版

# 川西地域のみなさまの暮らしを快適に あんしん 便利なサービス

お問い合わせのときには  
「川西まちづくりのチラシを見た」と  
お伝えください

川西まちづくり委員会 健康福祉部会では、  
川西地域にお住まいのシニアのみなさまの  
快適な毎日を願い、暮らしを便利にする  
生活サービスのリストを作成いたしました。  
ぜひ、日々の生活にご活用ください。

イラスト ミヤザワ ツトム

## お薬の配達



### 花の木薬局

上田市仁古田  
お薬の相談受付  
31-3428

お薬の相談受付

### 山浦堂薬局

上田市岡  
お薬・健康食品の相談受付  
31-2032

お薬・健康食品の相談受付  
移動が不自由な高齢者の方へ配達

## お弁当の宅配

### ライフデリ

上田市小泉  
週1からでも対応します。  
※ 試食1食 無料  
71-7998

### JA信州うへだ ホットほとサービス

上田市中野  
080-1360-3045

### 宅配Cook123

上田市蒼久保  
申し込み翌日より配達可能。  
ひとり暮らしの方の安否確認も行います。  
75-9123

## お買いもののお手伝い

### 移動スーパーとくし丸

080-7461-1420

### 移動スーパーぜん

上田市御所  
川西地域へは  
毎週木曜日の午後  
090-8106-3036

### デリシアネットスーパー

お家から  
インターネットで注文できます。  
0120-48-4147

### A-コ-ポコアしおだ店 お買物無料送迎バス

上田市中野  
38-3828  
はじめての方は、  
電話にて問い合わせ願います。

## 通院など移送のお手伝い

### 浅間観光タクシー

上田市福田  
運転免許返納されたご高齢の方、  
障がいのある方 1割引  
26-2211

## 灯油の配達

### かねろく

上田市仁古田  
ポリ缶1本から申し込みできます。  
31-2055

## 医療 介護 生活支援のご相談は

### 川西地域包括支援センター

上田市小泉  
26-1172  
介護が必要な方には介護保険が適用される場合があります。

### 上田社会福祉協議会

上田地区センター  
事前登録が必要なため、  
詳しくはお問い合わせください。  
27-2025