



高齢者のための



GO!つながる GOTSUCITY 情報紙



この情報紙は、日々の暮らしを安心して過ごしていただけるよう、高齢者に必要な生活支援や介護予防の情報をまとめました。是非ご活用下さい。



※この情報は2025年2月現在のものです。変更の可能性もあります。

相談窓口



☆健康・生活・介護予防・介護保険など高齢者の総合相談

地域包括支援センター
(済生会江津総合病院1階)
TEL 0855-52-7488

在宅介護支援センター

東部：合歓の郷 TEL 0855-55-3131 西部：ミレ青山 TEL 0855-54-3123
中部：白寿園 TEL 0855-52-0070 桜江：桜寿園 TEL 0855-92-1404

☆福祉・法律・一般相談

ふれあい福祉センター総合相談
(江津市社会福祉協議会)
TEL 0855-52-6710

☆就労・家計・暮らしの不安や困りごと相談

生活支援相談センターごうつ
(パレットごうつ1階)
TEL 0855-52-7637

ふれあいサロン・桜江サロン一覧

桜江のサロンはさくらいきいきワーカーが行っています。

お問い合わせは各コミュニティ交流センターか江津市社会福祉協議会までお願いします。



中部 高浜・本町・金田・渡津・和木・嘉久志

高浜

サロンなぎさ会 : パレットごうつ
毎月第1・3木曜10:30
中央団地ふれあい交流会 : 中央団地集会所
毎月第2・4日曜10:00

本町

本町ふれあいサロン : 薨街道交流館
(レクレーション) 毎月第1土曜10:00
本町ふれあいサロン : 薨街道交流館
(百歳体操) 毎週火曜9:30
本町ふれあいサロン : 薨街道交流館
(虹色カフェ) 毎月第3木曜13:30

和木

和木ふれあいサロン : 和木コミセン
毎週火曜9:30
集会所ふれあいサロン : 和木集会所
毎週木曜9:30

金田

金田ふれあいサロン : 金田ふれあいセンター
毎週火曜9:15

渡津

長田ふれあいサロン : 長田ふれあい館
岩貝ふれあいサロン : 岩貝集会所
大元ふれあいサロン : 渡津コミセン
嘉戸ふれあいサロン : 嘉戸会館
塩田ふれあいサロン : 塩風館
※長田ふれあいサロン : 長田ふれあい館
(百歳体操+茶話会) 毎月最後の水曜13:15
塩田ふれあいサロン : 塩風館
(百歳体操) 毎週水曜14:00

嘉久志

嘉久志ふれあいサロン : 嘉久志コミセン
毎月第2水曜10:00
嘉久志ふれあいサロン : 嘉久志コミセン
(百歳体操+茶話会) 毎週火曜13:30

東部 黒松・波積・都治・浅利・松川・川平

黒松

黒松ふれあいサロン : うみべのサロン古民家
(軽スポーツ等) 第2・4金曜10:00
黒松ふれあいサロン : 黒松コミュニティ広場
(ペタンク) 第1土曜8:00
黒松ふれあいサロン : 黒松コミセン
(百歳体操) 第1木曜13:30

波積

波積ふれあいサロン : 波積コミセン
第3木曜10:00

浅利

浅利ふれあいサロン : 浅利コミセン
毎週金曜9:30
旭町ふれあいサロン : 浅利コミセン
第2・3・4月曜9:30
第2・4木曜13:30
曙ふれあいサロン : 曙集会所
上町ふれあいサロン : 上町宮町集会所
宮町ふれあいサロン : 上町宮町集会所

川平

川平ふれあいサロン : 松平地域防災拠点施設
毎月第2・4火曜9:00

都治

松ヶ丘サロン : 松ヶ丘集会所
毎週火曜10:00
波来浜サロン : 波来浜集会所
毎週水曜9:00

松川

上河戸ふれあいサロン : 上河戸集会所
下河戸ふれあいサロン : 下河戸集会所
八神ふれあいサロン : 八神集会所
太田ふれあいサロン : 太田集会所
市村ふれあいサロン : 主に松平コミセン
あんずカフェふれあいサロン : 旧松平小学校
毎週月曜10:00
すみれの会 : 法光寺
毎月1回(土か日)13:30
上津井体操グループ : 上津井ふれあいセンター
毎週火曜9:30
上津井里山オレンジカフェ : 上津井集会所
毎月第3土曜13:30

ふれあいサロン(桜江含む)では体操・茶話会・レクレーション・会食等、様々な介護予防活動をされています。詳細は江津市社会福祉協議会(0855-52-2474)までお問い合わせ下さい。※時間記入のないサロンは不定期です。

介護予防には社会参加も大切です。



西部 有福・跡市・波子・敬川・二宮・都野津

有福

有福サロン	: 有福コミセン
堂庭サロン	: きんさい茶屋 毎週火・木曜日9:00
湯町サロン	: 湯町ふれあい集会所 毎週水曜日10:00
本明サロン	: 本明自治会館 毎週月曜日9:30

跡市

跡市交流サロン	: 跡市コミセン
森口講座	: 跡市コミセン 毎週水曜日9:30

波子

波子すこやか会	: 波子コミセン
---------	----------

敬川

さくらサロン	: 敬川コミセン 第3土曜日10:00
オレンジカフェ	: 敬川コミセン 第2火曜日10:00
オレンジサロン	: 敬川コミセン 第4土曜日10:00
百歳体操	: 敬川コミセン 毎週水曜日10:00

都野津

さくらっこ都野津	: 佐々木準三郎記念館 第2木曜日13:30
生き生きサロンつのだ	: 佐々木準三郎記念館 第4水曜日9:30
歌声喫茶	: 都野津コミセン 毎週水曜日13:30
つぬの里サロン	: 都野津コミセン 毎週火曜日10:00
つぬの里あったか	: 都野津コミセン 第1・3木曜日10:00
ポールエクササイズ	: // 13:00
つぬの里サロン会館	: 佐々木準三郎記念館 毎週金曜日13:00
そよかせ	: 引田邸

二宮

二宮ふれあいサロン	: 二宮コミセン
グラウンドゴルフ	: 神主グラウンドゴルフ場
百歳体操	: 青山自治会館

桜江 長谷・市山・川戸・谷住郷・川越

長谷

山中やまびこ会	: 山中集会所
長谷すみれ会	: 長谷生活改善センター

谷住郷

なかよし会	: 下ノ原集会所
みつば会	: 谷住郷多目的集会所
福寿会	: 妙見谷集会所
めぐみ会	: 長玄寺
梅柚子の会	: 谷集会所
ひまわり会	: 市集会所
ふたば会	: 上ノ口集会所

市山

市東もみじ会	: 市山交流センター
そば会	: 小一山集落センター
今田あゆみ会	: 今田集会所
江尾福寿会	: 江尾集会所
たんぽぽ	: 市山コミュニティ 毎週火曜日10:00

川越

鹿賀ふれあいサロン	: 鹿賀自治会館
日曜サロン	: 福泉寺
渡田ふれあいサロン	: 渡田会館

川戸

さくら会	: 保健センター
すみれ会	: 小田集会所

全域

サロンこしかけ	: 旧川戸駅舎 第2・4木曜日9:00~15:00
---------	------------------------------

自宅や近所まで来てくれます。安心した食生活のために是非ご利用ください。



移動販売



- 1** 海乃商店
浜田市原井町2975-1
0855-25-6433
毎週木曜日
10:00ごはん家おおえ前(波子)
10:40横田水道 駐車場(波子)
11:00阿刀の里 跡市(1週おき)
鮮魚・寿司・干物
- 2** やなぎ水産
浜田市原井町3050-19
0855-22-9588
毎週金曜日
10:00敬川保育園前(敬川)→ローソン・ポプラ渡津→二宮地区→敬川周辺の順に回ります。時間はお問い合わせください
鮮魚
- 3** バーチャラス
浜田市旭町今市278
(商品保管場所)
毎週木曜日 有福地区 跡市地区 敬川地区
※すべて個人宅です。お問い合わせは江津市社会福祉協議会生活支援コーディネーター0855-52-7034までお願いします。
生鮮食品・総菜・日用品
- 4** 日伸(にっしん)
※連絡先は非公開
毎週木曜日
10:00~12:00山島屋商店前(都治)滞在→個人宅
→13:00ごろ波積花田診療所
野菜・果物・生花・玉子・練り物
- 5** えびす商事
大田市大田町大田イ157-2
0854-82-0185
毎週木曜日
(盆・正月、子どもの日、春・秋分の日は休み)
12:00~山島屋商店前(都治)・16:00~松ヶ丘集会所前(都治地区→黒松地区→尾浜地区→波積地区→松川上河戸地区をまわります。※すべて個人宅前)
精肉・乳製品・総菜・魚(冷凍)お菓子等
※保冷車
- 6** 吉岡醤油
江津市桜江町川戸13-7
0855-92-0045
黒松(海べのサロン古民家毎月第2・4火曜10:30)
後地(松ヶ丘集会所毎月第1・3火曜10:00)
浅利(浅利コミセン毎月第1・3火曜11:30)
桜江(川戸・市山・長谷)跡市地区・有福地区
桜江(サロンこしかけ毎月第2・4木曜10:00頃)
・祝日の場合は事前にお知らせします。
※江津市全域に対応します。お問い合わせください。
醤油・青果・玉子・乳製品・パン・総菜・乾物・冷凍食品(アイス・魚・肉)等

宅配弁当



- 1** 中央弁当
江津市嘉久志町イ1174-2
0855-52-3393
日替わり弁当・ヘルシー弁当・オードブル等
※一部配達不可のエリアがあります。お問い合わせ下さい。
- 2** NPO法人 さくらんぼのお家
江津市桜江町谷住郷
1713-1
0855-92-1171
契約企業のみ宅配弁当可能。
ただし、冷凍弁当は個人宅配可能です。
ご相談ください。
- 3** 生活協同組合 しまね浜田支所
浜田市下府町327-135
0120-336-021
夕食弁当(平日)は組合員登録が必要です。
(登録前に1週間のお試し利用あり。)
江津市全域が配達エリアです。
※免許返納サポートあり1年配達料無料(条件あり)
ご相談ください。
- 4** よしだ食堂
江津市都野津町2369-3
0855-53-0043
配達場所、時間などお客様のご要望に沿えるようにしています。ご相談ください。

生活支援 お探しマップ

詳しくは各事業所へ
お問い合わせ下さい。



タクシー会社

- 1 介護タクシーみらい (一般もあり)
0855-53-2025
※車椅子乗車可、寝台タクシー(要予約)
- 2 ハート介護タクシー
0855-52-1000
※車椅子乗車可、寝台タクシー(要予約)
- 3 日本交通江津営業所
0855-52-2540
- 4 浜タク江津フロムハート
0855-52-2000
- 5 浅利タクシー
0855-55-1115
- 6 桜江タクシー
0855-92-0419/0120-030-419
- 7 Kサポート川戸タクシー営業所
0855-92-8122
※車椅子乗車可(要予約)
- 8 川本タクシー
0855-72-0237
※車椅子乗車可(要予約)
- 9 旭タクシー
0855-45-0040/0120-459-980
※車椅子乗車可(要予約)
- 10 金城タクシー
0855-42-0022
- 11 みなと第一交通
0855-22-0900
※車椅子乗車可(要予約)
- 12 マリン介護タクシー
0800-200-1713/0855-26-0713
※車椅子乗車可、寝台タクシー(要予約)
- 13 輝らら☆タクシー
070-1510-9317
※車椅子乗車可(要予約)
ストレッチャー・リクライニング車椅子対応

上記のタクシー会社は江津お出かけタクシーチケット利用できます。
ただし変更の可能性がありますので各事業者へお問い合わせ下さい。

訪問美容

- 1 ~風~
江津市桜江町小田351-1
090-9303-9687
要予約
NPO法人日本理美容福祉協議会認定資格
ご自宅、施設、病院どこでも伺います。
(車椅子やベッド上でもカットできます。)
カット、パーマ、カラー、4,000円～
(交通費込み) お支払は現金または振込。
施設、病院団体割引あります。
訪問エリア：江津市、浜田市、大田市、
邑智郡全域
お気軽にお電話にてご相談下さい。
- 2 はびねす
♡らぶ
浜田市長沢町3146
090-3377-2977
happinesslove0202@gmail.com
要予約
定休日：土曜日
認証福祉美容師がご自宅、施設、病院
どこでも伺います。
(体の不自由な方もご相談ください。)
☆ヘアカット3,300円～
☆ヘナ染め5,500円～・白髪染め4,400円～
☆アロマハンド・ヘッド・フットマッサージ
各10分1,100円～
江津市エリアは出張料1,500円～ (要相談)
団体割引あり3名～

日常生活のお困りごと



ゴミ出しや草刈り、掃除など、様々な生活のお困りごとを解決します。



1

江津市社会福祉協議会

生活支援

まごころフレッシュサービス

江津市江津町1518-1

0855-52-6100

掃除、買物、ゴミ出し、
通院・院内介助等。

※移動支援は行っていません。

1時間800円(利用者負担
600円+助成金200円)

※助成金は変更になる
場合があります



2

江津市シルバー人材センター

江津市江津町954-61

0855-52-1616



草刈り、墓掃除、障子
の張替え、掃除等。

作業内容により異なり
ます。直接お問い合わせ
ください。

3

おたがいさま浜田

(生協有償たすけあいシステム)

浜田市下府町327-135

0855-25-0820

買い物、掃除、洗濯、調

理、ゴミ出し、話し相手、

見守り、配達代行、子供の

お世話等。

1時間800円(平日8:30
~17:30)

1時間1000円(上記以外
の時間。)

祝日は休み



4

みのり屋

江津市都野津町1404

0855-52-7299

掃除、草刈り、墓掃除等、
困りごとをサポート。

直接お問い合わせ
ください。



5

なんでも屋山田

江津市都野津町2271

080-6265-0816

病院の受診同行、買物付き
添い、愛犬の散歩等々。支
援内容はご相談下さい。

基本料金

3,000円(3時間)

その後1時間に付き
プラス1,000円



6

合同会社 りた

浜田市殿町79-44

0855-28-7154

介護保険外(自費)サービス。
介護保険内で出来ない身体介
護、生活援助等。

15分から1日対応まで。
サービスによって料金が
異なります。直接お問い
合わせください。

江津市の各地域コミュニティ交流センターでは、様々なサークル活動を行っています。興味・関心のある方は、直接お問い合わせ下さい。

掲載番号はFAX番号も兼ねています。

波積地域コミュニティ交流センター	0855-55-0001
黒松地域コミュニティ交流センター	0855-55-1601
都治地域コミュニティ交流センター	0855-55-0002
浅利地域コミュニティ交流センター	0855-55-1004
松平地域コミュニティ交流センター	0855-57-0002
渡津地域コミュニティ交流センター	0855-52-2569
郷田地域コミュニティ交流センター	0855-52-5566
嘉久志地域コミュニティ交流センター	0855-52-0436
和木地域コミュニティ交流センター	0855-53-3315
都野津地域コミュニティ交流センター	0855-53-0453
二宮地域コミュニティ交流センター	0855-53-1665
跡市地域コミュニティ交流センター	0855-56-2107
敬川地域コミュニティ交流センター	0855-53-1958
波子地域コミュニティ交流センター	0855-53-1902
有福温泉地域コミュニティ交流センター	0855-56-2218
長谷地域コミュニティ交流センター	0855-92-1218
市山地域コミュニティ交流センター	0855-92-1508
川戸地域コミュニティ交流センター	0855-92-0026
谷住郷地域コミュニティ交流センター	0855-92-1457
川越地域コミュニティ交流センター	0855-93-0825



高齢者のためのGO!つながる情報紙に関するお問い合わせは

社会福祉法人江津市社会福祉協議会

江津市江津町1518-1 パレットごうつ2階

TEL : 0855-52-7034 (直通)

info@gotsu-syakyo.jp(代表)

生活支援コーディネーターまでお願いします

