

住み慣れた地域で健康に暮らすために



Vol.5

2026年3月発行

敦賀市 情報マップ

ちょっとサポート 編



この情報マップは敦賀市内の「家事などのお手伝いサービス」や「お弁当の宅配」等に関する情報が満載です！是非ご活用ください！

*敦賀市情報マップ「ちょっとサポート編」について

この冊子は、市民の皆様が、自宅などにおいて自立した生活を送れるよう支援することを目的に、敦賀市内で洗濯・買い物・調理・掃除などのお手伝いサービスやお弁当の宅配などを展開している事業所の情報をまとめたものです。

市民の皆様、特に高齢者の皆様がちょっと不便に感じていること、お困りになっていることをお手伝いし、安心した生活づくりをサポートします！

情報マップの利用方法

① お困りごとは、何ですか？ 3～6ページの「目次」をご覧ください。

「そうじを手伝ってほしい」「ゴミ出しをしてほしい」「お弁当を配達してほしい」「重たいものを持ってないので、買い物をお願いしたい」など

② お困りごとの中から、事業所を確認してください。

コメントなどを見ていただき、皆様にあった事業所をお選びください。

③ 事業所に、直接連絡（電話など）してください。



*ご利用いただくうえでの注意点

掲載している内容は令和8年3月末現在の情報です。

内容については、変更される場合がありますので、ご利用にあたっては各事業所に直接お問い合わせください。

情報マップの見方

○事業所の掲載の仕方

お手伝いサービスを行っている事業所

お買い物サービスを行っている事業所



お弁当の宅配を行っている事業所

見守りサービスを行っている事業所

に分けて掲載しています。

各サービスを行っている事業所

事業所名













電話住所 (担当:)  

事業所の情報

写真など




事業所からのコメント

各マークの意味

- | | |
|--|--|
|  家事 |  通院の付き添い |
|  買い物 |  話し相手 |
|  ゴミ出し |  見守り |
|  草むしり |  生前遺品整理 |
|  雪かき |  デジタルサポート |
|  入院時の支援 |  お弁当の宅配 |

お弁当の宅配を行っている事業所

事業所名 1食から配達

電話住所   




事業所の情報

写真など

事業所からのコメント

各マークの意味

— お弁当の配達の場合 —

- | | |
|---|----------------------------|
|  市内全域 | 敦賀市全域配達できます。 |
|  一部地域 | 一部配達できない地域があります。 |
|  特別食対応 | 塩分やタンパク質、カロリーの調整などに対応可能です。 |

目次

お困りごとはなんですか？

家事（そうじ・洗濯・調理など）



RCNまごころサポート	7ページ
お助けサービス♡こころ♡	7ページ
(株) ツーエス	8ページ
県民せいきょう きらめきくらしのサポート	9ページ
(公社) 敦賀市シルバー人材センター	10ページ
福井県医療生活協同組合嶺南ブロック 有償ボランティア「手の輪会」	10ページ
便利屋！お助け本舗 福井敦賀店	10ページ

買い物



RCNまごころサポート	7ページ
お助けサービス♡こころ♡	7ページ
(株) ツーエス	8ページ
県民せいきょう きらめきくらしのサポート	9ページ
(公社) 敦賀市シルバー人材センター	10ページ
福井県医療生活協同組合嶺南ブロック 有償ボランティア「手の輪会」	10ページ
便利屋！お助け本舗 福井敦賀店	10ページ
アル・プラザ敦賀 ホームサポートサービス	11ページ
グルメ館敦賀店【移動スーパーとくし丸】	11ページ
スカイハブ敦賀	12ページ
セブン-イレブンの配達サービス「7NOW」(セブンナウ)	12ページ
ハーツつるが	13ページ

ゴミ出し



RCNまごころサポート	7ページ
(株) ツーエス	7ページ
県民せいきょう きらめきくらしのサポート	8ページ
お助けサービス♡こころ♡	8ページ
(公社) 敦賀市シルバー人材センター	9ページ
福井県医療生活協同組合嶺南ブロック 有償ボランティア「手の輪会」	10ページ
便利屋！お助け本舗 福井敦賀店	10ページ

草むしり

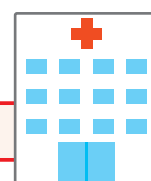
RCNまごころサポート	7ページ
(株) ツーエス	7ページ
(株) LABwel (ラボウエル)	8ページ
お助けサービス♡こころ♡	8ページ
(公社) 敦賀市シルバー人材センター	9ページ
福井県医療生活協同組合嶺南ブロック 有償ボランティア「手の輪会」	10ページ
便利屋！お助け本舗 福井敦賀店	10ページ

雪かき



RCNまごころサポート	7ページ
(株) ツーエス	7ページ
お助けサービス♡こころ♡	8ページ
(公社) 敦賀市シルバー人材センター	9ページ
便利屋！お助け本舗 福井敦賀店	10ページ

入院時の支援（洗濯など）



RCNまごころサポート	7ページ
(株) ツーエス	7ページ

(株) ツーエス	8ページ
県民せいきょう きらめきくらしのサポート	9ページ
(公社) 敦賀市シルバー人材センター	10ページ
便利屋！お助け本舗 福井敦賀店	10ページ

通院 通院の付き添い



RCNまごころサポート	7ページ
お助けサービス♡こころ♡	7ページ
(株) ツーエス	8ページ
県民せいきょう きらめきくらしのサポート	9ページ
(公社) 敦賀市シルバー人材センター	10ページ
便利屋！お助け本舗 福井敦賀店	10ページ

話 話し相手

RCNまごころサポート	7ページ
お助けサービス♡こころ♡	7ページ
(株) ツーエス	8ページ
県民せいきょう きらめきくらしのサポート	9ページ
(公社) 敦賀市シルバー人材センター	10ページ
便利屋！お助け本舗 福井敦賀店	10ページ

守 見守り



RCNまごころサポート	7ページ
お助けサービス♡こころ♡	7ページ
(株) ツーエス	8ページ
県民せいきょう きらめきくらしのサポート	9ページ
(公社) 敦賀市シルバー人材センター	10ページ
便利屋！お助け本舗 福井敦賀店	10ページ
日本郵便株式会社【郵便局のみまもりサービス】	14ページ

整理 生前整理・遺品整理

RCNまごころサポート	7ページ
お助けサービス♡こころ♡	7ページ
(株) ツーエス	8ページ
(株) LABwel (ラボウエル)	8ページ
県民せいきょう 生協葬祭「みれい」	9ページ
(公社) 敦賀市シルバー人材センター	10ページ
便利屋！お助け本舗 福井敦賀店	10ページ

電 デジタルサポート (スマートフォン(携帯電話)・パソコンの使い方、 電 電化製品の修理など)

RCNまごころサポート	7ページ
-------------	------

弁 お弁当の宅配

スカイハブ敦賀	12ページ
セブンイレブンの配達サービス「7NOW」(セブンナウ)	12ページ
白やぎさん家のお弁当	15ページ
宅配クック1・2・3 敦賀店	15ページ
中華料理 桃花園	16ページ
(株) ヨシケイ 敦賀営業所	16ページ
惣菜ヘルシー	17ページ
総菜屋 秋 ~syu~	17ページ
ぼたん亭	18ページ
株式会社 気比の里	18ページ
彩りごはん Te. To. Te	19ページ
(有)きのした	19ページ
COOPの食事宅配 (県民せいきょう)	20ページ

RCNまごころサポート

電話 **0120-979-141** (担当：川久保)

FAX **23-5522**

※お電話の際に店舗番号(19249)をお伝えください。

住所 木崎40-8-1



提供時間 平日9時から17時30分まで
(※時間外・土日祝の場合は要相談)

利用料 ・かんたんサポート：990円/20分(税込)
・プロサポート(専門的なサポート)：別途見積
※不用品・粗大ごみ回収は、別途処分費用が必要です。

手続き 電話または、当社に来社いただき依頼

支払方法 口座振替



RCNまごころサポートは、シニア世帯(65歳以上)の皆様が日常生活で抱える「ちょっとしたお困りごと」にお応えする、地域密着の生活サポートです。どうぞお気軽にお問い合わせください。

なお、当社で対応が難しい専門分野につきましては、信頼できる適切な事業者をご紹介させていただきます。

お助けサービス♡こころ♡

電話 **090-7743-0554**

住所 公文名54-4



事業内容 家の内外の修繕等

対象地域 敦賀市内

提供時間 平日8時～17時

利用料 30分から受付 2,000円～
※提供時間・内容によって、料金は変更します。

手続き 電話

支払方法 現金



様々なサービスをご提供いたします。
お気軽にご相談ください。

(株) ツーエス

電話 **090-5172-6219** (担当: 橋本)

住所 檜曲10-13-2



提供時間 8時～20時

利用料 掃除・家事代行 1時間2,000円～、
引越し手伝い 1時間2,700円～等

手続き 電話

支払方法 現金



お盆や年末年始は、混雑が予想されますので、早めのご連絡を
よろしくお願いいたします。

(株) LABwel (ラボウエル)

電話 **47-5024** (担当: 竹本)

住所 公文名54-10-1



その他 (不用品の回収・処分)

提供時間 9時～15時

利用料 内容により金額が変わるため要相談

手続き 電話・LINE

支払方法 現金・銀行振込



LINE



不用品・粗大ごみの引き取りも承っております。
障害福祉サービス事業所として皆さんの「お家の困った」を解決しますので、
お気軽にご相談ください。
最低2人以上で伺い、きめ細やかなサービスをご提供いたします。

県民せいきょう きらめきくらしのサポート

電話 **0776-52-0655**



住所 福井市開発5丁目1603 (県民せいきょう本部センター内)

対象者 福井県民生活協同組合員への加入が必要

提供時間 9時～19時 (時間外のご利用はご相談ください)

利用料 1,020円/時間～ (※土・日・祝日は、1時間あたり100円増し)
※他に、年登録料1,000円、交通費25円/km

手続き 最低3日前までに、電話で依頼 (受付時間: 平日9時～17時)

支払方法 原則口座引き落とし



ホームページ

くらしの中で困ったことがあれば「おたがいさま」「助け合いの心」で大切に支援(サポート)しています。お困りごとがございましたら、どうぞお気軽にお問い合わせください。

内容、条件によっては、お引き受けできない場合があります。

県民せいきょう 生協葬祭「みれい」

電話 **0120-016-165**



住所 福井市開発5丁目1603

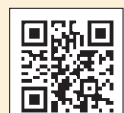
対象者 福井県民生活協同組合員への加入が必要

提供時間 要相談

利用料 内容により金額が変わるため要相談

手続き 電話で依頼

支払方法 口座振込・現金



ホームページ

お見積り、ご相談無料。ご納得されるまで丁寧にご説明いたします。決定後の追加料金はいたしません。

遺品整理協会、特殊清掃センターの認定を受けた経験豊富なプロのスタッフが丁寧にご対応します。ぜひお気軽にご相談ください。

(公社) 敦賀市シルバー人材センター

電話 **24-1250**
住所 呉竹町2丁目13-18



- 提供時間** 要相談
- 利用料** 1,392円/時間～
※提供時間・期間によって、料金は変更します。
- 手続き** 電話またはセンターにお越し頂き依頼
(受付時間：平日8時30分～17時15分)
- 支払方法** 口座振込・現金



掃除、洗濯、ゴミ出し等の家事はもちろん、何かお困りごとがありましたらお気軽にセンターまでお電話ください♪
(就業会員がない等、ご希望に沿えない場合があります)

福井県医療生活協同組合嶺南ブロック有償ボランティア「手の輪会」

電話 **21-7020** (担当：笠原恵美子)
住所 和久野14-22-1



- 対象者** 福井県医療生活協同組合員への加入が必要
※原則市内全域を対象としますが、お問い合わせください。
- 提供時間** 要相談
- 利用料** 基本1,000円/時間 (250円チケット4枚)
- 手続き** 電話 (平日9時～12時)
- 支払方法** チケット支払い
※250円のチケット4枚つづりを2セット以上購入していただき、チケットで清算



医療生協の組合員同士でのちょっとした支え合い、助け合い活動

便利屋! お助け本舗 福井敦賀店

電話 **0120-737-365** (担当：鈴木)
住所 若葉町1丁目1314



- 提供時間** 24時間365日
- 利用料** 3,000円(税別)/1時間～
- 手続き** 電話・ホームページ
- 支払方法** 現金



当社、便利屋! お助け本舗にお任せいただければ、いくつもの業者に頼む手間と時間が省けます。
時間内で、掃除・洗濯・買い物なんでもこなします!

アル・プラザ敦賀 ホームサポートサービス

電話 **23-7771**
FAX **23-7770**

住所 白銀町11-5



対象地域 アル・プラザ敦賀より約3km圏内

提供時間 〔注文〕9時～正午
〔配達〕11時～（時間指定はできません）

利用料 〔配達料〕1回 110円（税込）
〔年会費〕1,000円（税込）（2025年12月現在）

手続き 電話・FAX

支払方法 現金・平和堂商品券・平和堂株主優待券、口座振替



育児が忙しく買い物時間が取れない、車や自転車に乗れなくて不便など、
お買い物でお困りの方をお手伝いします。
時間指定はできません。
買い物代行だけではなく、アルプラザ敦賀で買われた商品の配達も承ります。

詳細は、インターネットでもご確認いただけます。
<http://www.heiwado.jp/homesupport>

グルメ館敦賀店【移動スーパーとくし丸】

電話 **070-6255-8026**（担当：大西）
住所 櫛林8-4-1



対象地域 事業所にお問い合わせください

提供時間 10時～17時（エリアによっては18時）

取扱商品 食品スーパー取り扱い商品
（生鮮品・食料品・日用雑貨類）
※酒・タバコ・商品券・薬は除く



支払方法 現金 ※商品1点につき20円（税別）加算

お客様1軒1軒のご自宅の玄関先にお伺いします。
訪問ルートが3コース（月・木コース、火・金コース、水・土コース）あり、
エリアで曜日が決まり、訪問ルートで時間帯が決まります。
お問合せ頂いた後に、調整し一度訪問してから曜日や時間帯を相互に確認し、
スタート日を決めます。

スカイハブ敦賀

電話 **36-1682**

住所 疋田37-1 愛発公民館内



対象地域 愛発地区内

提供時間 火曜～日曜日営業（午前10時までの注文で当日配達可）

※定休日：月曜・第3日曜

取扱商品 市内提携弁当店の弁当等

利用料 各お弁当の価格 + 配達料300円

手続き 電話

支払方法 現金



愛発地区の皆様へ敦賀市内の美味しいお弁当をお届けいたします！
ぜひご利用ください。

セブン-イレブンの配達サービス「7NOW」(セブンナウ)

電話 **0120-711-372** (セブン-イレブンお客様相談室)

住所 (実施店舗) 敦賀市内の店舗



対象地域 一部地域（注文の際に配達可能店舗が表示されます）

提供時間 注文・受付可能時間：9時～21時

※店舗により異なります。

詳細は7NOWトップページにてご確認ください。

取扱商品 食品、加工食品、飲料、日用品等

利用料 配送料金1回あたり110円～550円（税込）

1,000円以上の注文から配達実施

注文方法 7NOWアプリをダウンロードして登録のうえ、
注文をお願いします

支払方法 7NOWアプリ内での決済となります

〔 ご利用可能な支払い方法：
クレジット決済、コード決済（PayPay、auPAY、d払い） 〕

こちらのQRコードまたは「7NOW」を検索のうえ
ダウンロード、登録をお願いいたします。



ハーツつるが

電話 **20-0082**
住所 若葉町1丁目1610



ハーツ便

- 対象地域** 事業所にお問い合わせください
- 取扱商品** COOP商品、野菜、魚、肉、惣菜等
- 支払方法** 現金
- その他** 商品ご利用1点につき10円(税別)の協力金をいただいています。



食品などを販売する車が定期的に市内を巡回します。高齢化集落や中山間地、市街地で買い物に不便を感じている方にハーツの安全・安心な商品をお届けします。

自分の目で選んで買うことができるハーツ便は、コミュニケーションの場の一つにもなっています。

ハーツ おつかいさん

- 対象地域** ハーツから片道20分程度 ※事業所にお問い合わせください
- 取扱商品** COOP商品、野菜、魚、肉、惣菜等
- 支払方法** 口座振替、クレジット決済
- その他** 手数料：1回165円(税込) ※2,000円以上の方は無料
月会費：550円 ※ご利用には登録が必要

注文した食品や食材などをご自宅にお届けします。配達日は月～金曜日で午前10時までの注文で、その日のうちに(13時～17時)ご自宅までお届けします。時間のない方や手段のない方、重たい商品の買い物など、お気軽におつかいさんをご利用ください。

ハーツ お買い物バス

- 対象地域** ハーツから片道15分程度
※事業所にお問い合わせください
- 取扱商品** COOP商品、野菜、魚、肉、惣菜、
日用雑貨等
- その他** 手数料無料 ※ご利用には登録が必要



お買い物に行きたいけれど、手段がない方を週1回(月曜～金曜)ご自宅からハーツまで、決まった時間に生協の職員が送迎します。

日本郵便株式会社 [郵便局のみまもりサービス]

電話	敦賀局 0120-23-2886	敦賀中央町局 25-0180	守
	敦賀松栄局 25-0181	敦賀結城局 25-0182	
	敦賀駅前通局 25-0184	中郷局 25-0185	
	粟野局 25-0186	敦賀松原局 25-0187	
	敦賀新和町局 25-0188	疋田局 27-1142	
	杉津局 28-1042		

住所 お近くの郵便局へご相談ください。

ご利用者 敦賀市にお住まいの高齢者等

提供内容 みまもり訪問サービス

郵便局社員がご利用者さま宅へ月1回訪問し、会話を通じて生活状況(10項目)を確認。

社員のコメントを含めて、ご契約者が指定した報告先へメールでお知らせ。

ご利用者は、団体傷害保険と24時間健康相談を無料で利用できます。

提供時間 30分～1時間程度

利用料 月額2,500円(税込) ※付加サービスあり

支払方法 指定のゆうちょ口座から引き落とし

毎月の訪問を楽しみにしておられるお客様が多く、楽しそうにいろいろなお話をされ、こちらも嬉しく思います。

末永くお付き合いしていきたいと思っております。



白ヤギさん家のお弁当

電話 **090-8091-7053**

住所 沢68-19

弁

市内全域

配達可能時間 11時～12時、16時～17時

定休日 日曜・祝日

取扱商品 日替わり弁当（550円・650円）

注文方法 電話

注文受付時間 当日朝9時まで

支払方法 現金（日払いまたは月払い）
※月払いの場合は要相談



心を込めた手作り弁当です。600円以上のお弁当1食から配達可能です。

宅配クック123 敦賀店

電話 **23-4123**

FAX **22-2233**

住所 古田刈66-1108

弁

市内全域

配達可能時間 (昼食) 9時～12時、(夕食) 13時～17時
※時間指定不可

定休日 1月1日～1月3日（正月三が日）

取扱商品 普通食（540円～）
ボリューム食（680円～）
カロリー等調整食（777円～）

注文方法 電話、FAX

注文受付時間 9時～18時（翌日配達分）

支払方法 現金（まとめ払い・毎回払い）、
振込、引き落とし



月に1度の行事食や、毎日食べても飽きない日替わりメニューでご好評いただいています。

お弁当の宅配を行っている事業所（1食から配達）

中華料理 桃園

電話 **0120-23-8456**

住所 荻生野96-8-6

弁

市内全域

配達可能時間 11時～20時30分

定休日 水曜

取扱商品 桃園弁当(1,150円)
飯類(800円～)
麺類(650円～)

注文方法 電話

注文受付時間 11時～20時30分

支払方法 現金



温かいうちにお届けできるよう、迅速に出前を行っています。

(株)ヨシケイ福井 敦賀営業所

電話 **25-3600**

住所 岡山町205

弁

一部地域

不可：西浦全域
一部不可：東浦・東郷・愛発
※事業所にお問合せください

営業時間 8時45分～17時30分

定休日 土曜・日曜

取扱商品 ヨシケイ冷凍弁当シリーズ(2種類)
(1食約430円～)

注文方法 注文用紙、電話、ホームページ

支払方法 口座振替



レンジで簡単調理♪
使い勝手の良い冷凍弁当をご自宅までお届けします。

惣菜ヘルシー

電話 **22-5726**
住所 港町2-17



一部地域

要相談
※事業所にお問合せください

営業時間 7時30分～17時

定休日 土曜・日曜・祝日

取扱商品 お弁当（650円～）
お惣菜（500円～）

注文方法 電話

支払方法 現金、振込（月単位での支払い可）



お客様のご要望により、やわらかいお惣菜、細かく切って欲しいなどの内容の変更も可能です。

お弁当1個から配達しています。1回限りのご利用も受け付けます。お試しください。

総菜屋 秋 ～syu～

電話 **20-1551**
FAX **20-1552**

住所 三島町2丁目11-11（旬・ときめき広場内）



一部地域

要相談
※事業所にお問合せください

配達可能時間 10時30分～12時、16時30分～18時

定休日 なし（店舗のみ月曜）

取扱商品 お弁当（580円～）
おかずのみ（450円～）

注文方法 電話

注文受付時間 随時

支払方法 現金



日替わりのお弁当やおかずのみのお弁当をはじめ、ご予算に合わせお作りすることも可能です。

お弁当1個から配達OK！お気軽にお問い合わせください。

ぼたん亭

電話 **25-8686**
FAX **21-0077**
住所 新松島町3-8

弁 市内全域

※西浦・東浦は11,000円以上から配達
※市内5,500円未満の場合は配達料550円

配達可能時間 11時～12時、17時～18時

定休日 火曜

取扱商品 弁当(1,200円～)
ステーキ(2,400円～)
和牛しぐれ煮重(1,980円)

注文方法 電話、FAX

注文受付時間 随時

支払方法 現金、PayPay



お弁当の種類、価格、多種あります。ホームページをご覧ください。

株式会社 気比の里

電話 **25-6965**
FAX **25-1573**
住所 舞崎町8-43

弁 一部地域

※東浦・西浦地域を除く

配達可能時間 10時30分～12時、15時～17時

定休日 土曜・日曜・祝日

取扱商品 日替わり弁当(500円)

注文方法 電話

注文受付時間 9時～17時30分
※前日までにご予約をお願いします

支払方法 現金



日替わりメニューの宅配弁当です。

彩りごはん Te. To. Te

電話 **090-7598-0895**

住所 相生町14-15

弁

市内全域

配達可能時間 11時～

定休日 日曜

取扱商品 日替わり弁当（600円～）
各種弁当（700円～）

注文方法 電話

注文受付時間 6時30分～10時
（当日注文の場合）

支払方法 現金



その日の注文状況により配達できない場合があります。一度お問合せ下さい。

(有)きのした

電話 **22-1936**

FAX **22-5587**

住所 鉄輪町2丁目5-17

弁

一部地域

要相談
※事業所にお問合せください

配達可能時間 10時～18時

定休日 不定休

取扱商品 弁当（1,500円（税別）～）

注文方法 電話

注文受付時間 8時～18時

支払方法 現金



新鮮な魚中心の弁当です。約10食から配達可能です。

宅配弁当（3食から配達）

COOPの食事宅配(県民せいきょう)

電話 **0120-016-165**
(コールセンター)

弁 市内全域

昼食宅配は一部地域
※事業所にご相談ください

特別食対応

営業時間 8時～20時(月曜～金曜)
9時～17時(土曜)

定休日 日曜

取扱商品 【夕食・昼食弁当】
おかずセット、ごはん、
冷凍弁当(昼食用や常備食)
【介護食】
やわらか普通食、きざみ食、ムース食
【医療食】
カロリー調整食、たんぱく調整食



夕食弁当



介護・医療食

注文方法 登録制

支払方法 口座振替、クレジット

夕食や昼食の宅配を行います。
ご利用者皆様の健康を願って、専任の栄養士が栄養バランスを考えた家庭的な味に手作りしています。
介護食や医療食は、身体の状態に合わせて7つのコースの中からお選びいただけます。

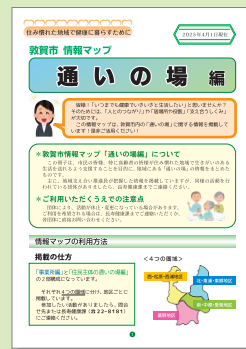
他の情報マップについては、
敦賀市ホームページ

敦賀市情報マップ

で検索してください。



敦賀市 情報マップHP



敦賀市情報マップ「ちょっとサポート編」

【発行】 敦賀市 長寿健康課

〒914-8501 敦賀市中央町2丁目1番1号

はいはい ☎ (0770) 22-8181

【協力】 敦賀市介護予防・生活支援サービス協議会