

●地域包括支援センターには、社会福祉士、保健師または看護師、主任介護支援専門員の専門職を配置しています。

●シニア世代の生活・介護などのお困りごとについて、どのような支援が必要かを判断し、適切なサービス、専門機関や制度の利用につなげるなどの支援を行います。

●安心して暮らすために、個々の高齢者の様々な権利が守られるよう、支援を行います。

●介護保険で要支援1・2に認定された方や、支援や介護が必要となる恐れがある方に対して、適切なサービスが提供されるよう支援を行います。

●暮らしやすい地域にするために、さまざまな機関とネットワークを構築し、活用していきます。



東六郷、南六郷、
仲六郷、南蒲田2丁目
の一部にお住まいの
方のご相談窓口

▶ 六郷

六郷

TEL 03 (5744) 7770

FAX (5744) 7780

住 所 〒144-0055大田区仲六郷2-44-11
(六郷地域力推進センター 2階)
京浜急行線 雑色駅より徒歩2分

西六郷にお住まいの
方のご相談窓口

▶ 西六郷

西六郷

TEL 03 (6424) 9711

FAX 03 (6424) 9661

住 所 〒144-0056大田区西六郷3-1-7
(プラウドシティ大田六郷 1階)
京浜急行線 雑色駅、六郷土手駅より徒歩10分

ご相談は無料です。秘密は厳守いたします。

電話相談24時間対応

～六郷地区地域包括支援センターのご案内～



社会福祉法人 響会

大田区地域包括支援センター

六郷

大田区地域包括支援センター

西六郷



シニア世代の生きいきライフを
応援します!

相談窓口開設時間

月～金 9:00～19:00

土 9:00～17:00

(日・祝・年末年始はお休みです)

<http://www.hibikikai-tokyo.or.jp>

地域包括支援センターは、住み慣れた地域で、安心して生活を継続するための、地域で最も身近な総合相談窓口です!

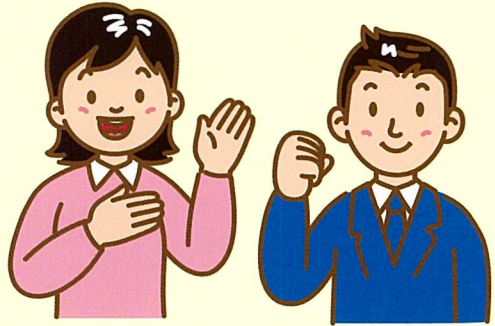
地域包括支援センターは、蒲田地域庁舎管内に7ヶ所あります。

お住まいの地域により、ご相談いただく窓口が変わります。

六郷特別出張所管内にお住まいの方は、**地域包括支援センター六郷**、

または**西六郷**が窓口となります。

詳しくは裏面中央上をご覧ください。



六郷お役立ちガイド

地域包括支援センター(六郷/西六郷)アクセス案内	・・・1ページ
地域包括支援センターで主催している通いの場の情報	・・・2ページ
調理に不安を感じるようになったら	・・・3~4ページ
買物に行く事が難しくなったら	・・・5ページ
出来ない事が増えてきた 身の回りの事を頼みたい	・・・6ページ
お医者さん・歯医者さんに来てもらいたい	・・・7ページ
自宅で髪を切ってもらいたい	・・・8ページ
車いすを無料で借りたい	・・・9ページ
タクシーを使いたい	・・・10ページ
暮らしの知って安心情報	・・・11~12ページ



ケアサービス デイサービスセンター西六郷



ケアサービス デイサービスセンター七辻



デイホームゆりの木大田

表紙絵は、デイホームゆりの木大田、ケアサービス デイサービスセンター七辻、ケアサービス デイサービスセンター西六郷から寄せられたご利用者の作品です。

「大田区地域包括支援センター」とは

地域の高齢者やその家族の方からの介護・福祉に関する相談を受ける、総合相談窓口です。大田区が区内23か所に設置しており、社会福祉士、保健師又は看護師、主任介護支援専門員等の専門職を配置。担当地域にお住まいの方からのご相談をお受けします。

窓口受付時間：月曜日～金曜日 9:00～19:00

土曜日 9:00～17:00

※日曜・祝日、12月29日～1月3日はお休みです。

仲六郷・東六郷・南六郷・南蒲田2丁目-23番、28番、29番、30番
にお住まいの方の担当は

「大田区地域包括支援センター六郷」です。



〒144-0055 大田区仲六郷2-44-11 六郷地域力推進センター2階

電話：03-5744-7770 FAX:03-5744-7780

【バス利用でのアクセス】

蒲田駅東口1番乗り場「蒲70番台」系統「羽田車庫」「六郷神社」「六郷橋」「大師橋下」行きに乗り「雑色駅通り」下車、国道15号沿いの六郷地域力推進センター2階まで徒歩3分

西六郷にお住まいの方の担当は

「大田区地域包括支援センター西六郷」です。



〒144-0056 大田区西六郷3-1-7 プラウドシティ大田六郷1階

電話:03-6424-9711 FAX:03-6424-9661 ※駐車場はありません。

【バス利用でのアクセス】

蒲田駅西口1番乗り場「蒲01」系統「六郷土手」行きに乗り、「西六郷三丁目」下車 JR線路方面へ向かい、プラウドシティ大田六郷1階まで徒歩2分

※地域包括支援センター六郷/西六郷は大田区の委託をうけ社会福祉法人響会が運営しています。

響会ホームページ

響会YouTube

響会Instagram

Follow Me!!



～地域包括支援センターで主催している 通いの場の情報～



◇包括六郷・包括西六郷が共催している事業

六郷学び舎

多世代向けに専門職がお話をします。
(R8年度は5/16(土)、12/12(土)
開催予定)

グリーフカフェ・ガーベラ (家族会)

様々な理由で介護を終えられた方や支援を
してきた方々の語らいの場です。
(第3木曜日14:00～15:00)
年4回、6月・9月・12月・3月開催。

◇包括六郷が主催している事業

笑顔の会(認知症カフェ)

もの忘れのある方や介護をしているご家族の方、
地域の方々が気軽に集まって楽しく過ごす会です。

(毎月第4火曜日10:00～11:30)

※祝日の関係で、9月は第5火曜日、
2月は第3火曜日となります。

◇包括西六郷が主催している事業

ぷらっとカフェ(認知症カフェ)

もの忘れや認知症について考えたり、
認知症についての情報を共有したりする会です。

(毎月第4月曜日 14:00～15:00)

※11月・12月・3月は第3月曜日開催。
※8月はお休みとなります。

西六元気でGO! (フレイル予防体操)

いつまでも自分の足で歩けることを目標に、
主に座ったままで出来る体操をしています。

(第3金曜日 10:00～11:00)

奇数月、5月・7月・9月・11月・1月・3月開催。

会場都合等で開催日時を変更する場合があります。ご了承下さい。

お問い合わせは、地域包括支援センター六郷・西六郷まで。

【包括六郷】電話:03-5744-7770

【包括西六郷】電話:03-6424-9711

～調理に不安を感じるようになったら～

毎日栄養バランス
の整った食事を
作るのが大変

買い物に行きたい
けどお店に行くの
が大変

離れて過ごす家族に
食事を届けて
あげたい

こんな方には宅配弁当がとっても便利!!



店名・連絡先・営業時間	定休日	冷蔵	普通食の金額(税込)
		冷凍	対応可能な治療食
		常温	対応可能な食事形態
宅食ライフ大田店 TEL03-6428-7691 9:00～18:00	日曜 1/1～3	冷蔵	630円
			低カロリー-低塩分食、糖質カロリー調整食、たんぱく調整食、ムース食
			おかゆ、一口大、きざみなど、 個別相談可能(無料)
まごころ弁当 大田大森中央店 TEL03-6715-7118 9:00～18:00	1/1～3	常温	650円
			カロリー調整食、たんぱく調整食、ムース食
			おかゆ、一口大、きざみ
メディミール大田店 TEL03-6715-4542 7:00～17:00	12/30 ~ 1/2	冷蔵	ごはん付720円、おかずのみ640円
			タンパク制限、カロリー制限、ムース食
			ソフト、ソフトかゆ、おかゆ、軟飯、一口大、きざみ

～調理に不安を感じるようになったら～

店名・連絡先・営業時間	定休日	冷蔵 冷凍 常温	普通食の金額(税込)
			対応可能な治療食
			対応可能な食事形態
ライフデリ大田店 TEL03-6410-2955 9:00～18:00	1/1～3	冷蔵	690円
			カロリー調整食、腎臓病食、 やわらか食、ムース食、
			きざみ対応(有料)、大盛(有料)、 おかゆ対応(無料)
お膳さん TEL03-6795-4328 8:00～18:00 (月～土、祝) 9:00～15:00(日)	年中 無休	冷蔵	630円
			普通食のみ
			おかゆ、きざみ等相談可(無料)
宅配クック123 大田店 TEL03-3728-7210 8:00～17:00	1/1～3	常温	685円
			カロリー塩分調整食、たんぱく 塩分調整食、透析食 など
			おかゆ、きざみ、 やわらかごはん(無料)
ベネッセのおうちごはん TEL0120-586-112 9:00～18:00	年末 年始	冷凍	普通食6食セット3890円
			塩分制限食、たんぱく調整食
			やわらか食、ムース食

※詳しい料金・営業時間等は、各店に直接お問い合わせ・ご相談ください。
 ※料金は令和8年2月時点のものです。その後に変更している場合もあります。
 ご了承ください。

～買物に行くことが難しくなったら～

【生協】を利用する。

週1回決まった曜日に注文した商品が配送されます。1品からでも注文可能。

注文は、カタログ注文書、インターネット、電話等で行えます。

加入時の出資金、配送ごとにかかる手数料は、各生協のその他欄参考。

※出資金は退会時に返還されます。

※手数料は、商品の購入金額や減免制度利用等により異なります。

ご興味のある方は、お電話で資料を請求してください。



生協名	連絡先	その他
パルシステム東京	0120-581-219	出資金1口1000円 手数料0円～248円 アプリからも注文可能
コープデリ	0120-043-502	出資金1口500円 手数料0円～198円

【移動スーパー】を利用する。

軽トラックを駐車できるスペースがあれば、移動スーパーを頼むことができるかもしれません。

(移動スーパー) とくし丸	090-1538-6724	買い物にお困りの方のために、小さなスーパーがご自宅前に訪問します。毎週定期的な曜日に、約1,200点を積んで、ご自宅の前で販売致します！詳細はお問い合わせください。
------------------	---------------	--

【ネットスーパー】を利用する。

パソコンやスマートフォンを活用できる方は、ネットスーパーの利用を検討できます。

画面上で商品を選び、商品は自宅まで配送してもらえます。

パソコンやスマートフォンの操作が苦手な方は、遠方に住むご家族が代わりに注文する事も出来ます。

【買い物代行サービス】を利用する。

買って来て欲しい物を伝え、買い物を代行してもらいます。

※自費サービスや介護保険サービスなど、サービス形態が複数あります。

※介護保険サービスの対象になる場合がありますので、介護保険利用をご希望の方は管轄の地域包括支援センターにご相談ください。

⑤

令和8年2月時点の料金です

～自分で出来ない事が増えてきた。 身の回りの事を頼みたい～



高い所から荷物を
おろしてほしい

電球を変えて
ほしい

季節家電の
出し入れをして
ほしい

事業所名・連絡先	サービス	内容
大田区社会福祉協議会 (電話) 03-5703-8230	絆サポーターによる すけっと 「助っ人サービス」	20分以内300円 単発でサポートが 必要な方が対象

植木の水やりを
してほしい

庭掃除を
してほしい

お買い物を
頼みたい

事業所名・連絡先	サービス	内容
大田区シルバー 人材センター (電話) 03-6715-9855	「ちょこっとサービス」	ゴミ出し 600円 電球交換 600円～ 買い物代行 1,000円～ *65歳以上の高齢者世帯対象 *簡易・単発でのサービス
	「たすかるサービス」	植木の水やり1,370円～ 〈その他利用例〉 室外の掃除・簡単な軽作業 粗大ご みの搬出・荷物の移動など、内容に より金額が異なります。 見積もりします。

【 掃除等の家事支援や介護などの継続的な利用相談なら 】

※自費サービスや介護保険サービスなど、サービス形態が複数あります。
※介護保険サービスの対象になる場合がありますので、介護保険利用をご希望の方は
管轄の地域包括支援センターにご相談ください。

令和8年2月時点の料金です

6

～お医者さんに来てもらいたい～

大田区には専門の相談窓口があります!!



◇例えばこんな時に活用してみましょう

病院に通うのが
難しくなったので
家で見てもらいたい

訪問してくれる
〇〇科を知りたい

自宅で
看取られたい

★大田区在宅医療相談窓口★

03-5744-1632 (9:00～12:00)

蒲田地区担当日 毎週水曜日、第1・3・5金曜日

◇自宅を訪問して診てくれるクリニックをいくつか紹介します。

事業所名	住所	連絡先
たかせクリニック	大田区矢口1-5-1 KIPビル5階	03-5732-2525
京浜診療所	大田区東六郷1-27-4	03-3734-7288
みらいメディカルクリニック 西六郷	大田区西六郷1-18-11 グランドソレイユ1階	03-6715-9388
ツインハート在宅クリニック蒲田	大田区南蒲田2-4-19 ANTビル4階	03-5480-1810
東京メモリークリニック蒲田	大田区蒲田本町2-4-2 アクシード蒲田本町1階	03-6715-7873
かわいクリニック	大田区西蒲田7-37-10 グリーンプレイス蒲田3階	03-5710-8021
蒲田ライフクリニック	大田区蒲田5-24-4 No.R蒲田2階	03-5703-0277

～歯医者さんに来てもらいたい～

事業所名	住所	連絡先
訪問歯科119番	渋谷区東3-15-9 桑原ビル3階	0120-763-182
大田歯科	大田区大森東4-3-11	03-3762-0418

～自宅で髪を切ってもらいたい～



床屋さんに行くのが
大変になってきた

家に来てくれる
美容師さんを探したい



◇自宅に来てくれる床屋さん、美容師さんをいくつか紹介します。

【床屋】

店名	連絡先	代表例:カット 料金(税込)	左記にプラスで シャンプー・ブロー (税込)
訪問福祉理容 もんじろう	090-3003-2107	3,800円	対応なし

【美容師】

店名	連絡先	代表例:カット 料金(税込)	左記にプラスで シャンプー・ブロー (税込)
カラーズ 訪問美容	080-3318-6495	5,500円	1,100円
サロンド エム	080-4320-9312	6,000円	2,000円～
ヘアークラブ アンフォアー	03-3731-4346	3,800円	1,000円
訪問美容サービス ひまわり	① 0422-26-5951 ② 0120-78-9957	6,600円 (別途六郷エリア 出張費1,100円)	2,200円

【床屋・美容師 両方可】

店名	連絡先	代表例:カット 料金(税込)	左記にプラスで シャンプー・ブロー (税込)
髪人(かみびと)	0570-666-103	5,500円 (別途出張費 1,100円～)	1,100円
訪問理美容 フェイストウフェイス	0120-797-960	6,000円	対応なし

※詳しい料金・営業時間等は、各店に直接お問い合わせ・ご相談ください。
※料金は令和8年2月時点のものです。その後に変更している場合があります。
ご了承ください。



～車いすを無料で借りたい～



骨折して
しまった

病院に行きたいが、
歩いていけない

家族と一緒に
外出したい

- ・区内在住の方で、障がいの有無、年齢にかかわらず、短期間または緊急に車いすが必要な方に、無料で貸出しています。
- ・貸出の際に、お借りになる方の住所を免許証、保険証、公共機関からの郵送物等で確認させていただきます。
- ・予約や取り置きはできません。
- ・在庫の状況によってはお貸出しできない場合もあります。

	貸出期間	事業所名・アクセス	住所	連絡先
貸出事業 車いす	最長 2か月	大田区社会福祉協議会 おおた地域共生ボランティア センター JR蒲田駅西口から徒歩約5分	大田区西蒲田 7-49-2 大田区社会福祉 センター5階	03-3736-5555
		有隣協会 春風寮 京浜急行「雑色」駅または 「六郷土手」駅から徒歩約10分	大田区仲六郷 4-2-12	03-3738-2563
車いすステーション事業	最長 1か月	大田翔裕園地域交流センター 東急バス「南蒲田二丁目」から 徒歩約4分 京浜急行「雑色」駅から徒歩 約10分	大田区東六郷 1-12-12	03-3736-1271
		地域包括支援センター六郷 京浜急行「雑色」駅から徒歩 約3分	大田区仲六郷 2-44-11 六郷地域力推進 センター2階	03-5744-7770
		地域包括支援センター西六郷 東急バス「西六郷三丁目」から 徒歩約3分	大田区西六郷 3-1-7 プラウドシティ 大田六郷1階	03-6424-9711
		地域包括支援センター新蒲田 JR「蒲田」駅西口から徒歩約13分 東急バス「新蒲田三丁目」から 徒歩約7分	大田区新蒲田 1-18-16 新蒲田一丁目 複合施設3階	03-6715-9731



～タクシーを使いたい～

【介護タクシー】

運転手や乗務員が介護の資格を持っています。

車いすやストレッチャーに乗ったまま、タクシーに乗ることができます。

寝たきりだから、家の
ベッドからタクシーまで
の介助もしてほしい

1人での通院が大変
病院の中まで付き添って
ほしい

事業所名	連絡先	詳細(税込価格)
介護サポート しゅんタクシー	080-9411-1591	予約料金:400円 送迎料金:750円 初乗り運賃:900円(2km以上は240mごとに100円) 介助料金:1100円～ ※車いす、ストレッチャー等対応可
アイヴィーケアタクシー	080-1148-5850	予約料金:400円 初乗り運賃:900円 送迎料金:900円 ※車いす、ストレッチャー等対応可
エンゼル介護タクシー	090-1505-1898	一般利用:1200円～ 介助料金:500円～ ※車いす対応可(車いすレンタル500円)
介護タクシー ひよこタクシー	03-3765-9636	予約料金:1000円 初乗り運賃:500円 介助料金:1250円～ ※車いす、ストレッチャー等対応可
介護タクシー ソーシャルリング	070-6470-3106	予約料金:500円 初乗り運賃:900円 介助料金:1000円～ 院内介助:30分1500円(要事前予約) ※車いす、ストレッチャー等対応可



【タクシー】

事業所名	連絡先	詳細(税込価格)
東京無線タクシー	配車・予約 0570-550-555	送迎料金:400円 初乗り運賃:500円 予約料金:500円
日本交通株式会社	配車・予約 050-3101-6999	送迎料金:500円 初乗り運賃:500円 予約料金:500円

※電話よりもスマートフォン等のアプリからの方が予約を取りやすいです。

令和8年2月時点の料金です

10

～暮らしの知って安心情報～



◇ひとり暮らしが不安 見守りサービスを利用したい

事業所名	連絡先	事業	詳細
大田区社会福祉協議会	03-5703-8230	緊急通報サービス	自宅内での体調不良や緊急事態が起こった際などに、24時間体制で緊急対応する業者を紹介します。 月々3,498円(税込)～
		ほほえみ訪問事業	登録制による無料の見守りサービスです。地域の絆サポーターが、ひと月に2回程度訪問します。玄関先でのあいさつや会話を通して、安否の確認や地域の情報を提供します。

◇知っておくと安心 大田区の相談窓口

事業所名	連絡先	詳細
大田区マイナンバーカードセンター	0570-03-3370	コールセンター ※平日・日曜日 9:00～17:00 (年末年始を除く)
休日・夜間の診療 救急相談	03-3732-0191	蒲田医師会診療所 ※電話予約が必要
	03-3731-9282	蒲田歯科医師会 休日応急診療所
	#7119	救急車を呼ぶかどうか迷ったら 救急相談センター
蒲田清掃事務所	03-6451-9535	粗大ゴミの運び出し収集等



～暮らしの知って安心情報～



◇片づけ、大掃除、不用品引き取りなどをお願いしたい

事業所名	連絡先	詳細
(株)ケアサービス	03-5713-1653	不用品引き取り買取・清掃など
クリーンサービス	0120-570-558	家財の片づけ、不用品引き取り 引っ越しなど
便利屋! お助け本舗大田 蒲田店	03-6424-8583	お掃除、洗濯、片付け、不用品処分 引っ越し、家具や荷物の移動、庭仕事、 内装工事等

◇街の電気屋さんで家電品の購入・修理をお願いしたい

事業所名	連絡先	詳細
エポックニシロク 2丁目店	03-3733-1070 (日祝除く 10:00~19:00)	電球交換出張費2,200円(税込)+実費 買い替え時の不用家電引き取り(実費)
(有)スヤマ家電	03-3731-0236 (日祝除く 10:00~19:00)	電球交換手数料3,300円(税込)+実費 買い替え時の不用家電引き取り(実費) 修理対応可能時間は10:00~17:00
でんきのワタナベ 本店	03-3732-9715 (9:30~19:30 水曜日定休)	電化製品販売・修理
遠藤電機	03-3736-3073 (日祝除く 9:00~20:00)	電化製品販売・修理

令和8年2月時点の料金です

12

～メモしておきたい役立つ情報～

★わたしの住まいの担当地域包括支援センターは

- ・地域包括支援センター（ ）です。
- ・電話番号：03（ ）-（ ）



★わたしの高齢者見守りキーホルダー番号は

（ - ）です。

【介護保険サービス利用の方】

★わたしの担当ケアマネジャーは

- ・事業所名：
- ・担当者名：
- ・電話番号：（ ）-（ ）-（ ）

【編集後記】

今年も無事完成しました「六郷お役立ちガイド」!!
表紙の絵は、六郷地区のデイサービスから提供頂いたものです。
アートや写真などの趣味の作品を載せてみたいという方は、お気軽に
地域包括支援センターまでご連絡ください。
また、六郷お役立ちガイドに関するご意見もお待ちしています。

令和8年4月1日

◇大田区地域包括支援センター六郷

住所：大田区仲六郷2-44-11六郷地域力推進センター2階

電話：03-5744-7770

担当エリア：仲六郷・東六郷・南六郷

南蒲田2丁目-23番、28番、29番、30番

◇大田区地域包括支援センター西六郷

住所：大田区西六郷3-1-7プラウドシティ大田六郷1階

電話：03-6424-9711

担当エリア：西六郷