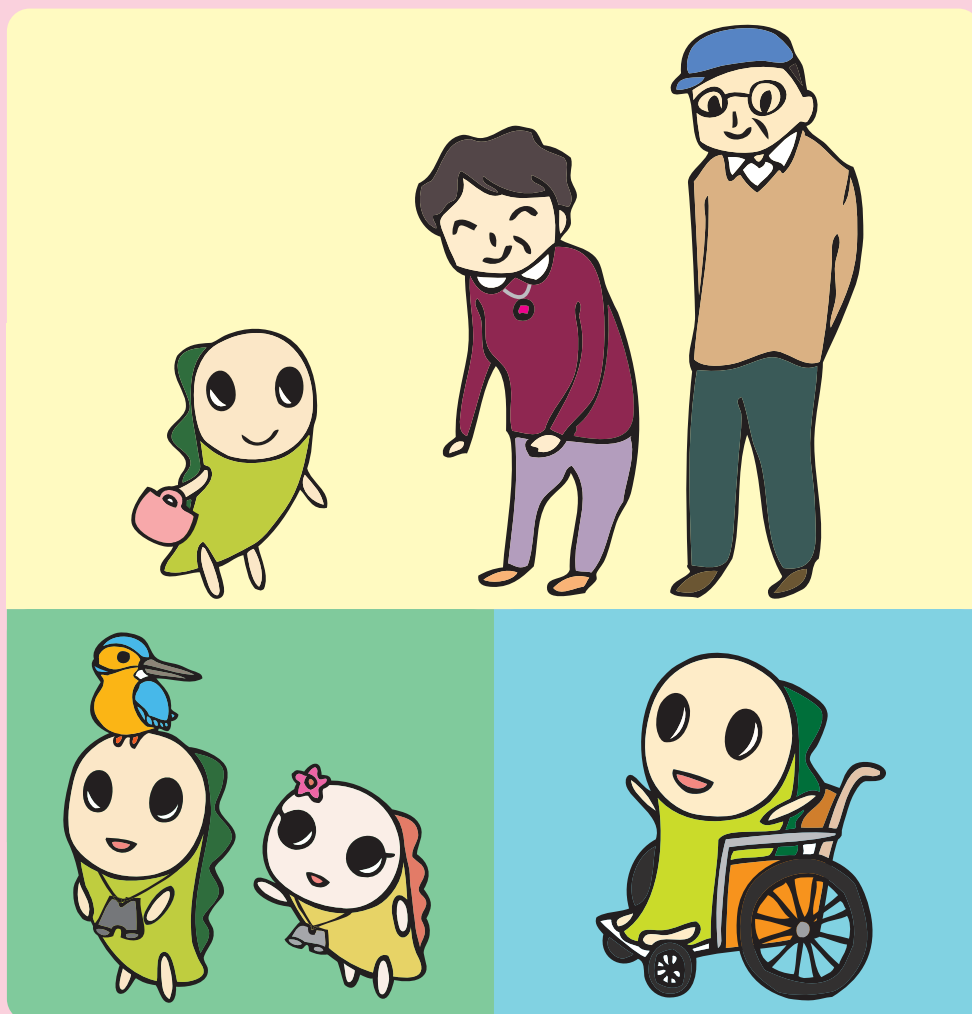


外出をサポートする おでかけガイド

付き添い編

2021.11月版



訪問介護
事業所・
障害福祉
サービス
事業所の
自費
サービス

介護保険・
障害者総合
支援法を
取り扱わない
事業所による
介護サービス

非営利団体
が行う
住民同士の
ささえあい
活動

ボランティア
活動（無償）

杉並区外出支援相談センター **もび〜る**

はじめに

杉並区外出支援相談センター（愛称「もび〜る」）に寄せられる様々な外出に関するご相談の中に「外出に付き添ってくれる人が欲しい」という声があります。お一人暮らしの高齢者、日中は家族が留守というご家庭も増えている中、そうしたご相談が増えています。この冊子は、高齢や障害により、お一人での外出が困難な方たちが、ご自分にあった外出のサポートを見つけ、安心してでかけられるようにとの思いを込めて作成しました。みなさまの外出に、少しでもお役に立つことを願っております。

.....

「杉並区外出支援相談センター もび〜る」とは？

杖や車いすなどをお使いの方、介助が必要な方、外出手段でお困りの方のための「外出に関する相談窓口」です。高齢や障害により、お一人での外出が困難な方の日常生活や社会参加を支えるため、外出に関する相談や情報提供、必要なサポートの案内などを行います。ご本人だけでなく、家族・ケアマネジャー等支援者の皆様からの相談にお応えします。お気軽にご利用ください。

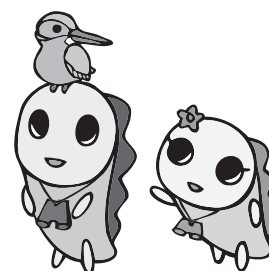
サービス内容

①外出についての相談

移動サービスの車選び、予約・支払い方法、外出時の付き添いや
介助サービス、関連する制度についてなど

②外出や外出支援に関する講座・企画の実施

③もっと外出を楽しむためのお役立ち情報の紹介



付き添いを頼みたい

「一人で出かけるのが不安」「足が弱っているので外出に付き添って欲しい」
そのような方のためには、付き添いが必要になります。「お隣はでかける時、付き添ってもらっている。あれはヘルパーさん？介護保険を利用していないと使えないの？」

付き添いを頼むには、大きく分けると、制度を使う場合と、制度を使わない場合があります。

制度とは介護が必要になった方のための介護保険や、障害のある方のための障害者総合支援法等を指します。しかし、そうした制度の利用では、暮らしに必要な外出全てがまかなえない、またはそうした制度の対象ではない方がいらっしゃいます。この冊子ではそんな時に使えるサービスや活動を詳しく紹介しています。

付き添いの種類

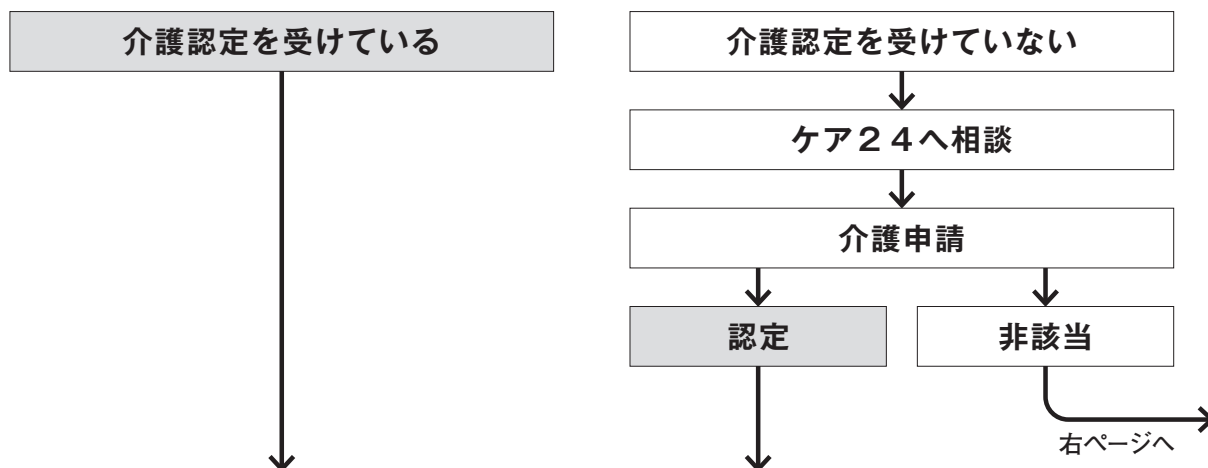
A. 制度を使う	1. 介護保険	訪問介護事業所のヘルパーを利用する →ケア24（地域包括支援センター）・ケアマネジャーに相談
	2. 障害者総合支援法・ 杉並区独自の移動支援事業	障害福祉サービス事業所のヘルパーを利用する →制度について杉並区障害者施策課に問い合わせ
B. 制度を使わない	1. 訪問介護事業所・障害福祉サービス事業所の自費サービス	
	2. 介護保険・障害者総合支援法を取り扱わない事業所による介護サービス	
	3. 非営利団体が行う住民同士のささえあい活動	
	4. ボランティア活動（無償）	

まずは、次のページへ。
制度を使うのか、使わないのか考えるところからはじめましょう。

A. 制度を使う付き添い

外出の際の介助は、介護保険や障害者総合支援法等の制度に組み込んで利用することができます。どのようなサービスが利用できるかは、身体などの状況により異なり、また、利用目的によって制限があります。

1 介護保険の訪問介護事業所の利用



担当のケアマネジャーがいる方はケアマネジャーと相談します。また、介護の認定はされたけれどケアマネジャーを選んでいない方はケア24とご相談ください。ケアマネジャーが、外出介助を訪問介護の「身体介護」としてケアプランに組み込むことで、利用者の支払う介助費用は1割または2割負担（一定以上の所得がある方は3割負担）になります。対象となる利用目的などについては、介護保険で利用できる訪問介護（外出介助）について「訪問介護サービスってどんなもの？」(杉並区保健福祉部介護保険課)より抜粋 [➡ P.30～P.31](#) をご確認ください。

訪問介護事業所のヘルパーを利用する

事業所情報は冊子「ハートページ」をご覧ください。
区の介護保険課窓口、ケア24などで無料配布しています。

問い合わせ先 ケア24（地域包括支援センター）一覧 [➡ P.5](#)

2 障害福祉サービスの利用

障害者及び障害児のための外出介助サービスとしては、障害者総合支援法及び杉並区独自の移動支援事業の二つがあり、それらは「障害福祉サービス事業所」（居宅介護事業所）のヘルパーを使うこととなります。

問い合わせ先 杉並区障害者施策課（3312）2111

B. 制度を使わない付き添い

介護保険や障害者総合支援法の利用を検討したが、制度内には納まらないという時があります。また、介護認定を申請する程の身体状況ではないが、一時的に付き添いが必要な方もいます。その場合には以下の4つのタイプの付き添いの中から自分にあったものを探します。

付き添いを依頼できる事業所・団体がいろいろありますが、選ぶ時の大きなポイントは、「有資格者による介助が必要か、家族ができる程度の見守りでいいのか」です。

事業所や団体の対応できる内容、料金、利用手続きなどを確認し、自分の外出に合ったサービスを選んでみましょう。利用にあたっては、それぞれの事業所・団体のコーディネーターが身体状況・ご希望を聞き取った上で手続きを進めます。

1 訪問介護事業所・障害福祉サービス事業所の自費サービス

こちらは、介護保険の訪問介護事業所・障害福祉サービス事業所のヘルパー（有資格者が主）です。制度でカバーされないため、全額自費となります。

料金は事業所によって異なります。介護認定を受けている方の場合、いつも利用している事業所のヘルパーも利用できますが、別の事業所を選ぶこともできます。

事前に契約が必要ですので、余裕をもって相談してください。

→ P.8~P.23

2 介護保険・障害者総合支援法を取り扱わない事業所による介護サービス

こちらの介護サービス事業所は、介護保険事業・障害福祉サービスという制度による事業は行っていません。付き添いと契約となる人材紹介サービスを含みます。介護の資格を有しない者が付き添う場合は、見守り程度の付き添いとなります。

→ P.24

3 非営利団体が行う住民同士のささえあい活動

こちらは福祉サービス業ではなく、同じまちに暮らす人が取り組む活動です。社会福祉法人・公益社団法人・特定非営利活動法人（NPO法人）・生活協同組合・その他任意団体などの営利を目的としない団体が、住民同士のささえあいをコーディネートしています。料金は団体によって異なります。介護の資格を有しない者が付き添う場合は、見守り程度の付き添いとなります。会員や組合員を対象としている場合は、会費などがあります。

→ P.25~P.28

4 ボランティア活動（無償）

ボランティアセンターが呼びかけて募る無償のボランティアです。多くは介護の資格を有しない者が付き添い、見守ります。無償ですが、交通費などの実費は必要です。

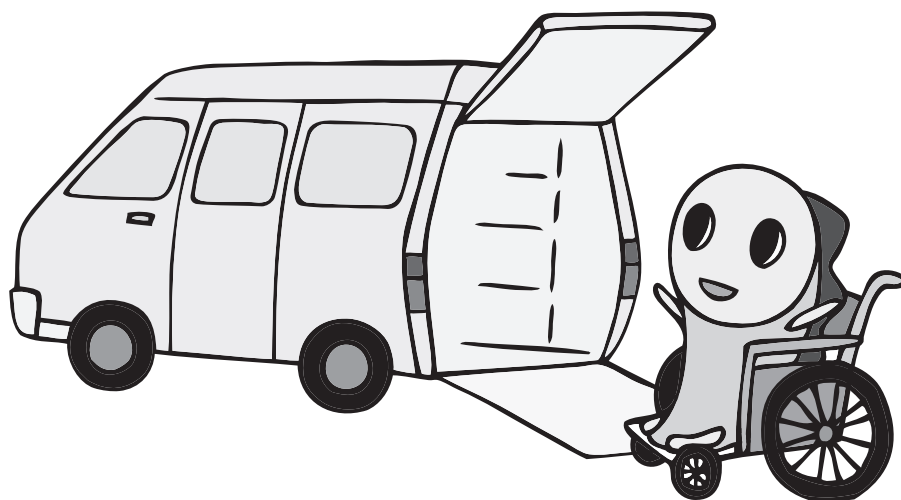
→ P.29

車を使った外出サポート「移動サービス」

付き添いが必要な方の中に、車と組み合わせた「移動サービス」の利用が適している方がいます。「移動距離が長い」「公共交通機関を乗り継いで行くのが大変」そんなときは家の前まで車を呼んで、車の乗り降りや外出先での付き添いを運転者に依頼します。

杉並区には福祉事業限定タクシー・介護保険等の事業者のタクシー、一般タクシー、非営利団体が行う住民同士のささえあい活動など、いろいろな「移動サービス」があり、利用方法・料金も様々です。通院以外の外出にも利用できます。こちらの詳細は「外出手段にお困りの方へのおでかけガイド 移動サービス・車編」(杉並区外出支援相談センターもび〜る発行)にまとめてありますのでどうぞご覧ください。

問い合わせ先 杉並区外出支援相談センター もび〜る (5347) 3154



ケア 24 (地域包括支援センター) 一覧

◆ケア24は高齢者の相談窓口です

名称	電話	担当地区
ケア 24 上井草	(3396)0024	上井草 1～4 井草 3～5
ケア 24 下井草	(5303)5341	井草 1・2 下井草 2～5
ケア 24 善福寺	(5311)1024	善福寺 1～4 西荻北 3～5
ケア 24 上荻	(5303)6851	今川 3・4 桃井 3・4 上荻 2～4 西荻北 1・2
ケア 24 西荻	(3333)4668	松庵 2・3 西荻南 1～4 宮前 3
ケア 24 清水	(5303)5823	清水 1～3 本天沼 2・3 桃井 1・2 今川 1・2
ケア 24 荻窪	(3391)0888	天沼 1～3 上荻 1 荻窪 3～5
ケア 24 南荻窪	(5336)3724	荻窪 1・2 南荻窪 1～4 宮前 2 高井戸東 4
ケア 24 阿佐谷	(3339)1588	阿佐谷北 1～6 阿佐谷南 2 下井草 1 本天沼 1
ケア 24 成田	(5307)3822	成田東 2・5 成田西 1～4 阿佐谷南 3 浜田山 4

名称	電話	担当地区
ケア 24 松ノ木	(3318)8530	松ノ木 1～3 成田東 1・3・4 大宮 2 阿佐谷南 1
ケア 24 高円寺	(5305)6151	高円寺北 1～4 高円寺南 3・4
ケア 24 梅里	(5929)1924	梅里 1・2 堀ノ内 2・3 高円寺南 2
ケア 24 和田	(5305)6024	和田 1～3 高円寺南 1・5
ケア 24 久我山	(5346)3348	久我山 1～5 松庵 1 宮前 5
ケア 24 高井戸	(3334)2495	高井戸西 1～3 高井戸東 2 上高井戸 1・2 宮前 1・4
ケア 24 浜田山	(5357)4944	浜田山 1～3 下高井戸 4・5 高井戸東 1・3 上高井戸 3
ケア 24 堀ノ内	(5305)7328	堀ノ内 1 大宮 1 和泉 3・4 永福 4
ケア 24 永福	(5355)5124	永福 1～3 下高井戸 1～3
ケア 24 方南	(5929)2751	方南 1・2 和泉 1・2

付き添いを行う事業所・団体一覧

名称	所在地	介護資格	訪問介護事業所の 自費サービス	障害福祉サービスの 事業所の 自費サービス	介護保険・障害者総合支援法 を取り扱わない事業所に よる介護サービス	非営利団体が行う 住民同士の ささえあい活動	ボランティア活動 (無償)	掲載ページ
1 訪問介護事業所・障害福祉サービス事業所の自費サービス								
ナイスサポート訪問介護	阿佐谷北	○	○	×				8
ケアステーションきらら阿佐ヶ谷	阿佐谷北	○	○	×				8
サポートウイズ	阿佐谷北	○	○	○				8
すぎなみコアラ	阿佐谷北	○	○	×				9
ハート・ケア たんぼぼ	阿佐谷北	○	○	○				9
アースサポート 高円寺	高円寺北	○	○	○				9
アースサポート 永福	永福	○	○	○				
アースサポート 高井戸	高井戸東	○	○	○				
ケアネット三和	高円寺北	○	○	×				10
ソレイユ	高円寺南	○	○	○				10
青山會ケアサービス杉並ステーション	高円寺南	○	○	○				10
もりかわ訪問介護	高円寺南	○	○	○				10
シーズ訪問介護事業所	高円寺南	○	○	×				11
(愛の手) 愛の手 ほっとらいん	高円寺南	○・×	○	○				11
日本リック訪問介護 杉並事業所	阿佐谷南	○	○	○				11
日本リック訪問介護 方南町事業所	堀ノ内	○	○	○				
日本リック訪問介護 西荻事業所	西荻窪	○	○	○				
ヘルパーステーション楓	阿佐谷南	○	○	×				12
あけぼの介護センター阿佐谷	阿佐谷南	○	○	○				12
野崎クリニックヘルパーステーション	阿佐谷南	○	○	○				12
そよかぜケア	梅里	○・×	○	○				12
ケア21 荻窪	阿佐谷南	○	○	○				13
ケア21 堀之内	堀ノ内	○	○	○				
のぞみケアサービス	梅里	○	○	×				13
ほっとらいふ	和田	○	○	×				13
ブース記念訪問介護ステーション ルツ・ナオミ	和田	○	○	×				14
あかね杉並事業所	和田	○	○	×				14
SOMPOケア 堀ノ内 訪問介護	堀ノ内	○	○	×				14
SOMPOケア 南阿佐ヶ谷 訪問介護	成田東	○	○	×				
SOMPOケア 下井草 訪問介護	下井草	○	○	×				
SOMPOケア 上高井戸 訪問介護	上高井戸	○	○	×				
SOMPOケア 宮前 訪問介護	宮前	○	○	×				
堀ノ内ケアサービス	堀ノ内	○	○	×				15
アスノステーション	松ノ木	○	○	×				15
ケアハウスしゃぼん玉	成田東	○	○	×				15
ケア結いオアシス	成田東	○	○	○				15
ケアプランニング結い杉並	成田東	○	○	×				16
在宅介護福祉センター浜田山	成田西	○	○	○				16
メディカル・ケアサポート21	井草	○	○	○				16
ビーステップ井草 訪問介護	井草	○	○	○				16
ヘルプメイト井草	井草	○・×	○	○				17
白鷺介護サービス	下井草	○	○	×				17
在宅介護事業所らいと	上井草	○	○	○				17
ベルデ杉並ヘルパーセンター	天沼	○	○	×				17

名称	所在地	介護資格	訪問介護事業所の 自費サービス	障害福祉サービスの 自費サービス	介護保険・障害者総合支援法 を取り扱わない事業所に よる介護サービス	非営利団体が行う 住民同士の ささえあい活動	ボランティア活動 (無償)	掲載ページ
ニチイケアセンター 井萩	上井草	○	○	○				18
ニチイケアセンター 萩窪	萩窪	○	○	○				
ニチイケアセンター 方南町	方南	○	○	○				
ニチイケアセンター 高井戸駅前	高井戸西	○	○	○				
ウォームハート 上井草	上井草	○	○	○				18
ウォームハート 杉並	西萩南	○	○	○				
東京衛生病院訪問介護ステーション	天沼	○	○	×				18
ケアステーションにんじん・萩窪ふれあいの家	萩窪	○	○	×				19
(たすけあいワーカーズさざんか) 自立援助サービス事業	萩窪	○・×	○	○				19
東電さわやかケア萩窪・訪問介護	萩窪	○	○	○				19
松庵ケアサービス	松庵	○	○	○				19
そよ風ケアサービス	大宮	○	○	○				20
日介センター杉並	大宮	○	○	○				20
(NPOケア杉並) 介護プラスワン	方南	○	○	×				20
ケアセンターももか園	和泉	○	○	×				20
さくら・介護ステーション方南	方南	○・×	○	○				21
ユニバーサル介護センター永福	永福	○	○	○				21
つむぐケア永福	永福	○	○	×				21
ヘルパーステーションたいせい	浜田山	○	○	×				22
リリーケアセンター	高井戸西	○	○	○				22
ケアサービスひまわりの華	高井戸東	○	○	×				22
スギコー在宅サポートセンター	高井戸東	○	○	○				22
スギコールセンター	高井戸東	○	○	○				23
介護サービス久我山事業所 ぶらむ	久我山	○	○	○				23
オフィス久我山ケアセンター	久我山	○	○	○				23
ケアステーション銀河	久我山	○	○	○				23
2 介護保険・障害者総合支援法を取り扱わない事業所による介護サービス								
ダスキン ライフケア 杉並ステーション	萩窪	○・×			○			24
アエルズ	世田谷区	○			○			24
大橋サービス	目黒区	○・×			○			24
3 非営利団体が行う住民同士のささえあい活動								
杉並区シルバー人材センター	阿佐谷南	×				○		26
ともしびヘルプサービス	和田	○・×				○		26
(なかまの家) ほっとサービス	成田西	○				○		26
(すてっぷ&すきっぷ) ほっとサービス	上井草	×				○		27
ささえあいサービス	天沼	×				○		27
NEKO (ネコ) の手サポート	萩窪	×				○		27
ちょこっと支え合い	高井戸西	×				○		27
ちょこっとお出かけサポート	久我山	○・×				○		28
生活クラブ生協 エッコロたすけあい制度	世田谷区	×				○		28
東都生協 ぐらしの助け合いの会 ほっとはんど	世田谷区	×				○		28
4 ボランティア活動(無償)								
杉並ボランティアセンター	天沼	○・×					○	29

1 訪問介護事業所・障害福祉サービス事業所の自費サービス

こちらは、介護保険の訪問介護事業所・障害福祉サービス事業所のヘルパー（有資格者が主）です。制度でカバーされないため、全額自費となります。料金は事業所によって異なります。介護認定を受けている方の場合、いつも利用している事業所のヘルパーも利用できますが、別の事業所を選ぶこともできます。事前に契約が必要ですので、余裕をもって相談してください。

※記載されている情報は2021年8月現在のものです。料金等は変更されている場合がありますので、詳しくは利用前に事業所・団体に確認してください。

名称	ナイスサポート訪問介護			杉並区阿佐谷北
	(株)京桃			
利用者居住地域	杉並区全域			
種別	訪問介護事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	高齢者、障害者など			
電話	3337-3339	電話受付時間	9:00~18:00	
FAX	3337-1841	受付休業日	土・日・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	30分毎 2,090円	【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金	
	車いす介助など中程度の介助			
	キャンセル料			
その他				

名称	ケアステーションきらら阿佐ヶ谷			杉並区阿佐谷北
	スターツケアサービス(株)			
利用者居住地域	杉並区全域			
種別	訪問介護事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	高齢者、障害者など			
電話	5356-1782	電話受付時間	9:00~18:00	
FAX	5356-1783	受付休業日	日・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	30分 2,155円/以後15分毎 1,077円	【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金	
	車いす介助など中程度の介助			
	キャンセル料			
その他				

名称	サポートウイズ			杉並区阿佐谷北
	(社福)いたるセンター			
利用者居住地域	杉並区全域			
種別	訪問介護事業所の自費サービス・障害福祉サービス事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	どなたでも			
電話	6383-0881	電話受付時間	9:00~18:00	
FAX	3337-0050	受付休業日	土・日・祝・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	30分毎 1,250円	【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金	
	車いす介助など中程度の介助			
	キャンセル料			
その他				

1

訪問介護事業所・障害福祉サービス事業所の自費サービス

名称	すぎなみコアラ			杉並区阿佐谷北
	(株)すぎなみコアラ			
利用者居住地域	事業所(阿佐谷北3丁目)から半径2km以内			
種別	訪問介護事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	どなたでも			
電話	5373-5860	電話受付時間	8:00~18:00	
FAX	5373-5899	受付休業日	日	
料金	見守り程度の付き添い	1時間 2,000円/以後30分毎 1,000円		【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金
	車いす介助など中程度の介助	1時間 3,000円/以後30分毎 1,500円		
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他	介護タクシー事業も行っています			

名称	ハート・ケア たんぽぽ			杉並区阿佐谷北
	(有)クリエイト・フューチャー			
利用者居住地域	杉並区全域			
種別	訪問介護事業所の自費サービス・障害福祉サービス事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	高齢者、障害者など			
電話	5327-4660	電話受付時間	9:00~18:00	
FAX	5327-4680	受付休業日	日・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	30分毎 1,750円		【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金
	車いす介助など中程度の介助			
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他				

名称	①アースサポート高円寺 ②アースサポート永福 ③アースサポート高井戸			杉並区 ①高円寺北 ②永福 ③高井戸東
	アースサポート(株)			
利用者居住地域	杉並区全域			
種別	訪問介護事業所の自費サービス・障害福祉サービス事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	どなたでも			
電話	①5327-5301 ②5355-3511 ③5941-5601	電話受付時間	8:30~17:30	
FAX	①5327-3702 ②5355-3513 ③5941-5602	受付休業日	年中無休	
料金	見守り程度の付き添い	30分毎 2,200円(「あしがるプラン」)		【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金
	車いす介助など中程度の介助			
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他				

組織略称一覧

(株)	株式会社	(有)	有限会社
(医社)	医療法人社団	(社福)	社会福祉法人
(公社)	公益社団法人	(特非)	特定非営利活動法人(NPO法人)
(一社)	一般社団法人	(資)	合資会社
(同)	合同会社	(医財)	医療法人財団

1

訪問介護事業所・障害福祉サービス事業所の自費サービス

名称	ケアネット三和			杉並区高円寺北
	(有)ケアネット三和			
利用者居住地域	高円寺北、高円寺南、阿佐谷北、阿佐谷南、梅里、松ノ木、成田東の一部			
種別	訪問介護事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	高齢者など			
電話	3310-3087	電話受付時間	8:30~17:30	
FAX	5327-3237	受付休業日	日・祝・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	1時間 2,420円 (利用時間15分から可)		【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金
	車いす介助など中程度の介助	1時間 3,850円 (利用時間15分から可)		
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他				

名称	ソレイユ			杉並区高円寺南
	(株)ソレイユ			
利用者居住地域	杉並区全域			
種別	訪問介護事業所の自費サービス・障害福祉サービス事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	どなたでも			
電話	5929-7840	電話受付時間	9:00~18:00	
FAX	5929-7840	受付休業日	年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	30分 2,500円/1時間 3,000円		【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金
	車いす介助など中程度の介助	以後30分毎 1,500円		
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他				

名称	青山會ケアサービス杉並ステーション			杉並区高円寺南
	(資)青山會			
利用者居住地域	杉並区全域			
種別	訪問介護事業所の自費サービス・障害福祉サービス事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	どなたでも			
電話	5929-3885	電話受付時間	9:00~18:00	
FAX	5929-3884	受付休業日	土・日・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	30分 2,300円/1時間 3,500円		【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金
	車いす介助など中程度の介助	以後30分毎 1,500円		
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他	サービス提供時間は7:00~22:00			

名称	もりかわ訪問介護			杉並区高円寺南
	(有)森川			
利用者居住地域	杉並区全域			
種別	訪問介護事業所の自費サービス・障害福祉サービス事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	高齢者、障害者など			
電話	5913-9540	電話受付時間	9:00~18:00	
FAX	5913-9541	受付休業日	土・日・祝・年末年始・夏休	
料金	見守り程度の付き添い	1時間 2,500円/以後30分毎 1,250円 (通院の待ち時間は30分毎500円)		【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金
	車いす介助など中程度の介助	1時間 3,500円/以後30分毎 1,750円 (通院の待ち時間は30分毎500円)		
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他				

名称	シーズ訪問介護事業所			杉並区高円寺南
	(有)シーズ			
利用者居住地域	杉並区東部			
種別	訪問介護事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	高齢者など			
電話	5305-5836	電話受付時間	9:00~18:00	
FAX	5305-5837	受付休業日	日・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	30分 1,400円/以後15分毎 700円	【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金	
	車いす介助など中程度の介助			
	キャンセル料			
その他				

名称	(愛の手) 愛の手 ほっとらいん			杉並区高円寺南
	(有)プロビジョン			
利用者居住地域	杉並区全域			
種別	訪問介護事業所の自費サービス・障害福祉サービス事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	どなたでも			
電話	3380-5017	電話受付時間	9:00~17:00	
FAX	3380-5016	受付休業日	土・日・祝・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	30分毎 1,375円	【別途料金】 ・初回手数料 2,200円 ・交通費 ・時間外割増料金	
	車いす介助など中程度の介助			
	キャンセル料			
その他				

名称	①日本リック訪問介護 杉並事業所 ②日本リック訪問介護 方南町事業所 ③日本リック訪問介護 西荻事業所			杉並区 ①阿佐谷南 ②堀ノ内 ③西荻窪
	日本リック(株)			
利用者居住地域	杉並区全域			
種別	訪問介護事業所の自費サービス・障害福祉サービス事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	どなたでも			
電話	①5377-5065 ②5929-7216 ③5336-8541	電話受付時間	9:00~18:00	
FAX	①5377-3017 ②5929-7219 ③5336-8543	受付休業日	土・日・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	1時間毎 4,950円 定期利用(週1回以上)の場合は 1時間 3,300円/以後30分毎 1,650円	【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金	
	車いす介助など中程度の介助			
	キャンセル料			
その他				

1

訪問介護事業所・障害福祉サービス事業所の自費サービス

名称	ヘルパーステーション楓			杉並区阿佐谷南
	(有)アルカディアケアサービス			
利用者居住地域	阿佐谷北、阿佐谷南、高円寺北、高円寺南、上荻1丁目、荻窪4・5丁目			
種別	訪問介護事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	高齢者など			
電話	5305-2565	電話受付時間	9:00~18:00	
FAX	5306-2277	受付休業日	日・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	30分 2,300円/1時間 3,600円		【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金
	車いす介助など中程度の介助	90分以上利用の場合は30分毎 1,500円		
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他				

名称	あけぼの介護センター阿佐谷			杉並区阿佐谷南
	ケアゲート(株)			
利用者居住地域	阿佐谷北、阿佐谷南、高円寺北、高円寺南、下井草			
種別	訪問介護事業所の自費サービス・障害福祉サービス事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	高齢者、障害者など			
電話	6915-1701	電話受付時間	9:00~18:00	
FAX	6915-1916	受付休業日	土・日・祝・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	30分未満 1,925円/30分以上~1時間未満 3,850円		【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金
	車いす介助など中程度の介助	1時間以上~90分未満 5,775円		
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他				

名称	野崎クリニックヘルパーステーション			杉並区阿佐谷南
	(医社)野崎クリニック			
利用者居住地域	杉並区全域			
種別	訪問介護事業所の自費サービス・障害福祉サービス事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	高齢者、障害者など			
電話	5335-2327	電話受付時間	9:00~18:00	
FAX	3392-8071	受付休業日	日・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	30分毎 1,650円		【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金
	車いす介助など中程度の介助			
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他				

名称	そよかぜケア			杉並区梅里
	(特非)そよかぜ			
利用者居住地域	杉並区全域			
種別	訪問介護事業所の自費サービス・障害福祉サービス事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	会員制(高齢者、障害者など)			
電話	6908-7606	電話受付時間	10:00~18:00	
FAX	6908-7607	受付休業日	土・日・祝・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	1時間以内 2,000円/以後30分毎 1,000円		【別途料金】 ・会費 3,000円/年 ・交通費
	車いす介助など中程度の介助			
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他				

名称	①ケア21萩窪		杉並区 ①阿佐谷南	
	②ケア21堀之内		②堀ノ内	
	(株)ケア21			
利用者居住地域	杉並区全域			
種別	訪問介護事業所の自費サービス・障害福祉サービス事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	高齢者、障害者など			
電話	①5347-9780 ②5305-6552	電話受付時間	9:00~18:00	
FAX	①3220-0671 ②3315-6600	受付休業日	年中無休	
料金	見守り程度の付き添い	30分毎 1,729円		【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金
	車いす介助など中程度の介助			
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他				

名称	のぞみケアサービス		杉並区梅里	
	(株)希望			
利用者居住地域	杉並区全域			
種別	訪問介護事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	高齢者など			
電話	5305-8061	電話受付時間	9:00~17:00	
FAX	5305-8062	受付休業日	土・日・祝・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	30分毎 1,500円		【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金
	車いす介助など中程度の介助			
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他				

名称	ほっとらいふ		杉並区和田	
	(有)ほっとらいふ			
利用者居住地域	和田、堀ノ内、和泉、松ノ木、梅里、高円寺北、高円寺南、永福			
種別	訪問介護事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	高齢者、障害者など			
電話	5328-0787	電話受付時間	9:00~18:00	
FAX	5328-0797	受付休業日	日・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	30分 2,200円/60分 3,300円		【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金
	車いす介助など中程度の介助	以後30分毎 1,650円		
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他				

1

訪問介護事業所・障害福祉サービス事業所の自費サービス

名称	ブース記念訪問介護ステーション ルツ・ナオミ			杉並区和田
	(社福)救世軍社会事業団			
利用者居住地域	和田地域限定			
種別	訪問介護事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	高齢者など			
電話	5342-3843	電話受付時間	9:00~17:00	
FAX	5342-3844	受付休業日	日・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	30分毎 1,620円	【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金	
	車いす介助など中程度の介助			
	キャンセル料			
その他				

名称	あかね杉並事業所			杉並区和田
	(株)あかね杉並事業所			
利用者居住地域	和田、堀ノ内、梅里、松ノ木、高円寺北、高円寺南、成田東			
種別	訪問介護事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	高齢者など			
電話	5305-6717	電話受付時間	9:00~18:00	
FAX	5305-6718	受付休業日	年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	1時間 3,850円/以後30分毎 1,925円 院内待機は、 1時間 3,300円/以後30分毎 1,650円	【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金	
	車いす介助など中程度の介助			
	キャンセル料			
その他				

名称	①SOMPOケア 堀ノ内 訪問介護 ②SOMPOケア 南阿佐ヶ谷 訪問介護 ③SOMPOケア 下井草 訪問介護 ④SOMPOケア 上高井戸 訪問介護 ⑤SOMPOケア 宮前 訪問介護			杉並区 ①堀ノ内 ②成田東 ③下井草 ④上高井戸 ⑤宮前
	SOMPOケア(株)			
利用者居住地域	杉並区全域			
種別	訪問介護事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	高齢者など			
電話	①5305-5859	電話受付時間	9:00~18:00	
	②5306-0708			
	③5303-0520			
	④5316-5851			
	⑤5336-6701			
FAX	①3318-3633	受付休業日	土・日・祝・年末年始	
	②5377-6626			
	③5303-0515			
	④3329-3990			
	⑤5336-6702			
料金	見守り程度の付き添い	30分毎 2,750円	【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金	
	車いす介助など中程度の介助			
	キャンセル料			
その他				

名称	堀ノ内ケアサービス			杉並区堀ノ内
	(有)堀ノ内ケアサービス			
利用者居住地域	堀ノ内、和田、梅里、方南、高円寺南、松ノ木 (その他の地域は応相談)			
種別	訪問介護事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	高齢者など			
電話	3311-4610	電話受付時間	9:00~18:00	
FAX	3313-2101	受付休業日	土・日・祝・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	2時間 3,795円~/以後30分毎 約950円		【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金
	車いす介助など中程度の介助	※料金改定予定あり		
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他				

名称	アスノステーション			杉並区松ノ木
	(株)GTライフサポート			
利用者居住地域	杉並区東部			
種別	訪問介護事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	高齢者など			
電話	5307-7050	電話受付時間	9:00~18:00	
FAX	5307-7051	受付休業日	土・日・祝・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	15分毎 750円		【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金
	車いす介助など中程度の介助	15分毎 1,400円		
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他				

名称	ケアハウスしゃぼん玉			杉並区成田東
	(有)ケアハウスしゃぼん玉			
利用者居住地域	杉並区全域			
種別	訪問介護事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	どなたでも			
電話	5305-2385	電話受付時間	9:00~21:00	
FAX	5305-2389	受付休業日	年中無休	
料金	見守り程度の付き添い	1時間毎 2,200円		【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金
	車いす介助など中程度の介助	(3時間以上割引有、月単位プラン有)		
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他				

名称	ケア結いオアシス			杉並区成田東
	(株)オアシス			
利用者居住地域	杉並区全域			
種別	訪問介護事業所の自費サービス・障害福祉サービス事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	高齢者、障害者など			
電話	5913-7088	電話受付時間	9:00~18:00	
FAX	5913-7089	受付休業日	年中無休	
料金	見守り程度の付き添い	1時間 4,400円/以後30分毎 2,200円		【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金
	車いす介助など中程度の介助	通院介助の場合は 1時間 2,750円/以後30分毎 1,375円		
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他				

名称	ケアプランニング結い杉並			杉並区成田東
	(有)ケアプランニング結い			
利用者居住地域	成田東、阿佐谷南1～3丁目、松ノ木2・3丁目、梅里			
種別	訪問介護事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		・ 介護資格を有しない者	
対象者	高齢者など			
電話	5305-0882	電話受付時間	9:00～18:00	
FAX	5305-0883	受付休業日	土・日・祝・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	買物等外出の場合 1時間 4,400円/以後15分毎 1,100円		【別途料金】 ・ 交通費 ・ 時間外割増料金
	車いす介助など中程度の介助	通院の場合 1時間 2,750円/以後15分毎 687円		
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他				

名称	在宅介護福祉センター浜田山			杉並区成田西
	(特非)在宅介護福祉センター浜田山			
利用者居住地域	浜田山、上高井戸、下高井戸、高井戸東、高井戸西、成田東、成田西、松ノ木、荻窪、方南			
種別	訪問介護事業所の自費サービス・障害福祉サービス事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		・ 介護資格を有しない者	
対象者	高齢者、障害者(児)など			
電話	3315-3031	電話受付時間	9:00～18:00	
FAX	3315-4722	受付休業日	土・日・祝・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	30分 3,080円/以後30分毎 1,540円		【別途料金】 ・ 交通費 ・ 時間外割増料金
	車いす介助など中程度の介助	30分 4,180円/以後30分毎 2,090円		
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他				

名称	メディカル・ケアサポート21			杉並区井草
	(有)メディカル・ケアサポートツインティワン			
利用者居住地域	井草、上井草、下井草、阿佐谷 他要相談			
種別	訪問介護事業所の自費サービス・障害福祉サービス事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		・ 介護資格を有しない者	
対象者	高齢者、障害者など			
電話	5303-5221	電話受付時間	8:00～18:00	
FAX	5303-5222	受付休業日	日・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	1時間 3,000円/以後30分毎 1,500円		【別途料金】 ・ 交通費 ・ 時間外割増料金
	車いす介助など中程度の介助			
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他				

名称	ビーステップ井草 訪問介護			杉並区井草
	(株)ビーステップ			
利用者居住地域	中央線より北側			
種別	訪問介護事業所の自費サービス・障害福祉サービス事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		・ 介護資格を有しない者	
対象者	高齢者、障害者など			
電話	5311-0791	電話受付時間	9:00～18:00	
FAX	5311-0793	受付休業日	土・日・祝・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	30分 1,500円/1時間 2,300円		【別途料金】 ・ 交通費 ・ 時間外割増料金
	車いす介助など中程度の介助	以後30分毎 1,150円		
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他				

1

訪問介護事業所・障害福祉サービス事業所の自費サービス

名称	ヘルプメイト井草			杉並区井草
	(株)ヘルプメイト			
利用者居住地域	杉並区全域			
種別	訪問介護事業所の自費サービス・障害福祉サービス事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	どなたでも			
電話	5903-8691	電話受付時間	9:00~17:45	
FAX	5382-1675	受付休業日	土・日・祝・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	30分毎 1,452円	【別途料金】 ・基本料 1行程 440円 ・交通費 ・時間外割増料金	
	車いす介助など中程度の介助			
	キャンセル料			
その他				

名称	白鷺介護サービス			杉並区下井草
	(有)白鷺介護サービス			
利用者居住地域	杉並区北部			
種別	訪問介護事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	高齢者など			
電話	3399-1997	電話受付時間	9:00~18:00	
FAX	3399-8867	受付休業日	土・日・祝・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	1時間 3,520円 / 以後30分毎 1,760円	【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金	
	車いす介助など中程度の介助			
	キャンセル料			
その他				

名称	在宅介護事業所らいと			杉並区上井草
	(同)らいと			
利用者居住地域	杉並区全域			
種別	訪問介護事業所の自費サービス・障害福祉サービス事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	高齢者、障害者など			
電話	5303-9878	電話受付時間	9:00~18:00	
FAX	5303-9879	受付休業日	年中無休	
料金	見守り程度の付き添い	1時間毎 3,420円	【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金	
	車いす介助など中程度の介助			
	キャンセル料			
その他				

名称	ベルデ杉並ヘルパーセンター			杉並区天沼
	(有)ベルデ			
利用者居住地域	杉並区全域			
種別	訪問介護事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	高齢者など			
電話	5335-5848	電話受付時間	9:00~18:00	
FAX	5335-5849	受付休業日	土・日	
料金	見守り程度の付き添い	30分 2,090円 / 1時間 3,190円 以後15分毎 495円	【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金	
	車いす介助など中程度の介助			
	キャンセル料			
その他				

1

訪問介護事業所・障害福祉サービス事業所の自費サービス

1

名称	①ニチイケアセンター井荻 ②ニチイケアセンター荻窪 ③ニチイケアセンター方南町 ④ニチイケアセンター高井戸駅前 (株)ニチイ学館		杉並区 ①上井草 ②荻窪 ③方南 ④高井戸西
利用者居住地域	杉並区全域		
種別	訪問介護事業所の自費サービス・障害福祉サービス事業所の自費サービス		
介護資格	介護有資格者 ・ 介護資格を有しない者		
対象者	どなたでも		
電話	①5311-4706 ②5349-8975 ③5305-7247 ④5336-7261	電話受付時間	9:00~18:00
FAX	①5311-4707 ②5349-8977 ③5306-2832 ④5370-5585	受付休業日	土・日・祝・年末年始
料金	見守り程度の付き添い 車いす介助など中程度の介助 キャンセル料	1時間 6,372円／以後30分毎 1,836円 週1回以上利用の場合は1時間 3,888円～ 有 ・ 無	【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金
その他			

名称	①ウォームハート上井草 ②ウォームハート杉並 (株)クールヘッド		杉並区 ①上井草 ②西荻南
利用者居住地域	杉並区西部		
種別	訪問介護事業所の自費サービス・障害福祉サービス事業所の自費サービス		
介護資格	介護有資格者 ・ 介護資格を有しない者		
対象者	高齢者、障害者など		
電話	①6383-1095 ②3335-5690	電話受付時間	9:00~18:00
FAX	①6383-1096 ②3335-5670	受付休業日	日・年末年始
料金	見守り程度の付き添い 車いす介助など中程度の介助 キャンセル料	30分 3,080円／1時間 4,400円 以後30分毎 2,200円 有 ・ 無	【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金
その他			

名称	東京衛生病院 訪問介護ステーション (医財)アドベンチスト会		杉並区天沼
利用者居住地域	杉並区全域		
種別	訪問介護事業所の自費サービス		
介護資格	介護有資格者 ・ 介護資格を有しない者		
対象者	どなたでも		
電話	3392-6360	電話受付時間	8:00~17:30
FAX	3392-6358	受付休業日	土・日・祝・年末年始
料金	見守り程度の付き添い 車いす介助など中程度の介助 キャンセル料	1時間 3,200円／以後30分毎 1,600円 有 ・ 無	【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金
その他			

名称	ケアステーションにんじん・荻窪ふれあいの家			杉並区荻窪
	(社福)にんじんの会			
利用者居住地域	荻窪、高井戸、宮前、成田、西荻南、天沼 周辺			
種別	訪問介護事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	高齢者など			
電話	3220-9637	電話受付時間	8:30~17:30	
FAX	3220-9649	受付休業日	日・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	30分 1,500円/以後15分毎 750円		【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金
	車いす介助など中程度の介助			
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他				

名称	自立援助サービス事業			杉並区荻窪
	(たすけあいワーカーズさざんか) (特非)たすけあいワーカーズさざんか			
利用者居住地域	杉並区全域			
種別	訪問介護事業所の自費サービス・障害福祉サービス事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	会員制(どなたでも)			
電話	5347-1130	電話受付時間	9:00~18:00	
FAX	5347-1180	受付休業日	土・日・祝・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	1時間 2,420円/以後30分毎 1,210円		【別途料金】 ・会費 3,000円/年 ・時間外割増料金 ・交通費
	車いす介助など中程度の介助			
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他				

名称	東電さわやかケア荻窪・訪問介護			杉並区荻窪
	東電パートナーズ(株)			
利用者居住地域	阿佐谷北、阿佐谷南、西荻南、南荻窪、成田西、上荻、桃井、天沼、本天沼			
種別	訪問介護事業所の自費サービス・障害福祉サービス事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	どなたでも			
電話	5347-0612	電話受付時間	9:00~17:30	
FAX	5347-0613	受付休業日	土・日・祝・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	30分 1,800円/以後15分毎 900円		【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金
	車いす介助など中程度の介助			
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他				

名称	松庵ケアサービス			杉並区松庵
	(有)松庵ケアサービス			
利用者居住地域	杉並区全域			
種別	訪問介護事業所の自費サービス・障害福祉サービス事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	高齢者、障害者など			
電話	3333-4783	電話受付時間	9:00~17:00	
FAX	3331-9028	受付休業日	土・日・祝・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	1時間 2,860円/以後30分毎 1,430円		【別途料金】 ・初回のみ 申込み手数料 690円 ・交通費 ・時間外割増料金
	車いす介助など中程度の介助			
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他				

名称	そよ風ケアサービス			杉並区大宮
	(有)宮通米穀販売所			
利用者居住地域	杉並区全域			
種別	訪問介護事業所の自費サービス・障害福祉サービス事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	どなたでも			
電話	3321-7440	電話受付時間	9:00~19:00	
FAX	3321-6429	受付休業日	日・年始	
料金	見守り程度の付き添い	30分毎 1,500円		【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金
	車いす介助など中程度の介助	30分毎 2,500円		
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他				

名称	日介センター杉並			杉並区大宮
	(株)日本介護センター			
利用者居住地域	堀ノ内、大宮、永福、和泉、下高井戸、浜田山、成田西、松ノ木、方南			
種別	訪問介護事業所の自費サービス・障害福祉サービス事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	どなたでも			
電話	5301-8651	電話受付時間	9:00~18:00	
FAX	5301-8652	受付休業日	土・日・祝・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	30分毎 1,650円		【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金
	車いす介助など中程度の介助	30分毎 2,200円		
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他				

名称	(NPO ケア杉並) 介護プラスワン			杉並区方南
	(特非)在宅ケア・セラビ			
利用者居住地域	方南、和泉、堀ノ内、和田、及びその周辺			
種別	訪問介護事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	高齢者、障害者など			
電話	5378-8051	電話受付時間	9:00~17:30	
FAX	5378-8580	受付休業日	土・日・祝・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	30分 1,800円/1時間 3,000円 以後30分毎 1,500円		【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金
	車いす介助など中程度の介助	30分毎 2,400円		
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他				

名称	ケアセンターももか園			杉並区和泉
	(株)介護桃香園			
利用者居住地域	京王線明大前~上北沢周辺の区南側			
種別	訪問介護事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	高齢者など			
電話	6379-0714	電話受付時間	9:00~18:00	
FAX	050-1518-6139	受付休業日	土・日・祝・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	30分毎 1,430円		【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金
	車いす介助など中程度の介助			
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他				

名称	さくら・介護ステーション方南			杉並区方南
	(株)ユニティー アンド プレジャー			
利用者居住地域	杉並区全域			
種別	訪問介護事業所の自費サービス・障害福祉サービス事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者 ・ 介護資格を有しない者			
対象者	どなたでも			
電話	5355-1601	電話受付時間	9:00~18:00	
FAX	5355-1602	受付休業日	土・日・祝・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	30分 2,000円 / 1時間 3,000円 以後30分毎 1,000円 ※条件により15分刻みの利用可		【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金
	車いす介助など中程度の介助	30分 3,000円 / 1時間 4,000円 以後30分毎 1,000円 ※条件により15分刻みの利用可		
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他				

名称	ユニバーサル介護センター永福			杉並区永福
	(有)さかのケアサービス			
利用者居住地域	中央線南側 北側は要相談			
種別	訪問介護事業所の自費サービス・障害福祉サービス事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者 ・ 介護資格を有しない者			
対象者	高齢者、障害者など			
電話	3325-8676	電話受付時間	9:00~18:00 / (土) 12:00まで	
FAX	3325-8536	受付休業日	日・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	30分 1,320円 / 以後15分毎 550円		【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金
	車いす介助など中程度の介助	30分 1,980円 / 以後15分毎 770円		
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他				

名称	つむぐケア永福			杉並区永福
	(株)つむぐケア			
利用者居住地域	杉並区全域			
種別	訪問介護事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者 ・ 介護資格を有しない者			
対象者	どなたでも			
電話	6338-4722	電話受付時間	9:00~18:00	
FAX	4296-6259	受付休業日	土・日・祝・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	30分毎 1,650円		【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金
	車いす介助など中程度の介助			
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他				

1

訪問介護事業所・障害福祉サービス事業所の自費サービス

名称	ヘルパーステーションたいせい			杉並区浜田山
	(株)たいせい			
利用者居住地域	杉並区全域			
種別	訪問介護事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	どなたでも			
電話	0120-860-363	電話受付時間	9:00~18:00	
FAX	6379-7428	受付休業日	年中無休	
料金	見守り程度の付き添い	2時間 8,800円/以後30分毎 2,200円		【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金
	車いす介助など中程度の介助			
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他	介護タクシー事業も行っています			

名称	リリーケアセンター			杉並区高井戸西
	(有)リリー			
利用者居住地域	高井戸東、高井戸西、久我山、宮前、浜田山、下高井戸			
種別	訪問介護事業所の自費サービス・障害福祉サービス事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	高齢者、障害者など			
電話	5336-3788	電話受付時間	9:00~18:00	
FAX	5941-5799	受付休業日	日・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	30分 3,000円/1時間 5,000円 以後30分毎 2,500円		【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金
	車いす介助など中程度の介助			
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他				

名称	ケアサービスひまわりの華			杉並区高井戸東
	(株)セブンスカイ			
利用者居住地域	高井戸西、高井戸東、成田西、成田東、上高井戸、下高井戸、浜田山、久我山、南荻窪 宮前、京王井の頭線西永福周辺			
種別	訪問介護事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	高齢者など			
電話	6379-8058	電話受付時間	9:00~18:00	
FAX	6379-8059	受付休業日	土・日・祝・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	1時間 4,500円/以後5分刻みで利用可		【別途料金】 ・時間外割増料金
	車いす介助など中程度の介助			
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他				

名称	スギコー在宅サポートセンター			杉並区高井戸東
	スギコー(株)			
利用者居住地域	杉並区全域			
種別	訪問介護事業所の自費サービス・障害福祉サービス事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	高齢者、障害者など			
電話	5344-1681	電話受付時間	9:00~18:00/(土)12:00まで	
FAX	5344-1683	受付休業日	日・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	30分毎 1,100円		【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金
	車いす介助など中程度の介助	30分毎 1,650円		
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他	介護タクシー事業も行っています			

名称	スギコールセンター			杉並区高井戸東
	スギコー(株)			
利用者居住地域	杉並区南部(京王井の頭線沿線)			
種別	訪問介護事業所の自費サービス・障害福祉サービス事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	どなたでも			
電話	0120-15-7352	電話受付時間	10:00~17:00	
FAX	5344-1683	受付休業日	土・日・祝・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	30分毎 1,750円		【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金
	車いす介助など中程度の介助			
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他				

名称	介護サービス久我山事業所ぷらむ			杉並区久我山
	(特非)介護サービス事業杉並			
利用者居住地域	上高井戸、久我山、松庵、高井戸東、高井戸西、西荻南、南荻窪、宮前			
種別	訪問介護事業所の自費サービス・障害福祉サービス事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	高齢者、障害者など			
電話	5344-9444	電話受付時間	9:00~18:00	
FAX	5344-9445	受付休業日	土・日・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	30分毎 1,250円		【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金
	車いす介助など中程度の介助	30分毎 1,500円		
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他	障害者(児)の外出支援を数多く手掛けております			

名称	オフィス久我山ケアセンター			杉並区久我山
	(株)オフィス久我山			
利用者居住地域	久我山、松庵1丁目、宮前1・4・5丁目、高井戸西1~3丁目、高井戸東2丁目、上高井戸1・2丁目			
種別	訪問介護事業所の自費サービス・障害福祉サービス事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	高齢者、障害者など			
電話	5336-3795	電話受付時間	9:00~18:00	
FAX	5336-3796	受付休業日	土・日・祝・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	30分毎 1,800円		【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金
	車いす介助など中程度の介助			
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他				

名称	ケアステーション銀河			杉並区久我山
	(株)銀河研究所			
利用者居住地域	久我山、高井戸西、宮前			
種別	訪問介護事業所の自費サービス・障害福祉サービス事業所の自費サービス			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	どなたでも			
電話	3334-2360	電話受付時間	8:00~20:00	
FAX	5941-3909	受付休業日	年中無休	
料金	見守り程度の付き添い	30分 1,750円/以後1分刻みで利用可		【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金
	車いす介助など中程度の介助			
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他				

1

訪問介護事業所・障害福祉サービス事業所の自費サービス

2 介護保険・障害者総合支援法を 取り扱わない事業所による介護サービス

こちらの介護サービス事業所は、介護保険事業・障害福祉サービスという制度による事業は行っていません。付き添いと契約となる人材紹介サービスを含みます。介護の資格を有しない者が付き添う場合は、見守り程度の付き添いとなります。

※記載されている情報は2021年8月現在のものです。料金等に変更されている場合がありますので、詳しくは利用前に事業所・団体に確認してください。

名称	ダスキン ライフケア杉並ステーション		杉並区荻窪
	(株)武蔵野		
利用者居住地域	杉並区全域		
種別	介護保険・障害者総合支援法を取り扱わない事業所による介護サービス		
介護資格	介護有資格者 ・ 介護資格を有しない者		
対象者	65歳以上の方		
電話	0120-21-6340	電話受付時間	9:00~17:30
FAX	0120-18-0470	受付休業日	土・日・年末年始
料金	見守り程度の付き添い	2時間 13,200円／以後30分毎 3,300円 月8時間以上利用の場合は2時間 8,800円～	【別途料金】 ・サービス移動費 550円 ・時間外割増料金
	車いす介助など中程度の介助		
	キャンセル料	有 ・ 無	
その他			

名称	アエルズ		世田谷区宮坂
	(株)アエルズ		
利用者居住地域	杉並区全域		
種別	介護保険・障害者総合支援法を取り扱わない事業所による介護サービス		
介護資格	介護有資格者 ・ 介護資格を有しない者		
対象者	高齢者、障害者など		
電話	6415-6688	電話受付時間	10:00~17:00
FAX		受付休業日	年中無休
料金	見守り程度の付き添い	1時間毎 2,000円～ 1時間毎 3,000円～	【別途料金】 ・交通費 ・その他、当日諸費用
	車いす介助など中程度の介助		
	キャンセル料	有 ・ 無	
その他	トラベルヘルパーとの相対の契約となります 料金については、依頼内容やトラベルヘルパー毎にオプションの設定があります ※トラベルヘルパーとは、介護資格に加え旅行系の資格保持者のこと（民間認定資格） ※実際のご利用にはホームページ上にご登録が必要となります		

名称	大橋サービス		目黒区大橋
	(株)やさしい手		
利用者居住地域	杉並区全域		
種別	介護保険・障害者総合支援法を取り扱わない事業所による介護サービス		
介護資格	介護有資格者 ・ 介護資格を有しない者		
対象者	どなたでも		
電話	0120-834-812	電話受付時間	9:00~18:00
FAX	5433-5083	受付休業日	土・日・祝・年末年始
料金	見守り程度の付き添い	1時間 2,300円～ 3時間 5,400円～ 5時間 7,750円～	【別途料金】 ・初回のみ 事務手数料 670円 ・紹介手数料 時間料金の17%～32% ・交通費
	車いす介助など中程度の介助		
	キャンセル料	有 ・ 無	
その他	付添人との相対の契約になります		

3

非営利団体が行う 住民同士のささえあい活動

こちらは福祉サービス業ではなく、同じまちに暮らす人が取り組む活動です。社会福祉法人・公益社団法人・特定非営利活動法人（NPO 法人）・生活協同組合・その他任意団体などの営利を目的としない団体が、住民同士のささえあいをコーディネートしています。料金は団体によって異なります。介護の資格を有しない者が付き添う場合は、見守り程度の付き添いとなります。会員や組合員を対象としている場合は、会費などがあります。

※記載されている情報は 2021 年 8 月現在のものです。料金等は変更されている場合がありますので、詳しくは利用前に事業所・団体に確認してください。

「病院内が広くて回るのが大変 車いすに乗せて押してほしい」

「病院の手続をちょっとサポートしてほしい」

「近所を散歩したいけれど、ひとりででかけて転んだことがあり、不安」

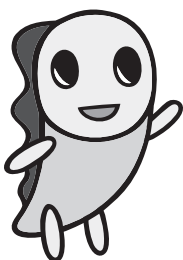
そんな声に応じて、付き添いの活動は生まれました。
活動をしている方の参加動機は様々です。

「資格はないが、家族を介護した経験をいかして人の役に立ちたい」

「仕事が一区切りしたので、地元でできる手伝いをしたい 活動を通して人とつながっていたい」

いつか、自分が困った時には、今度は誰かにちょっと手助けしてもらえる。そんな安心して暮らし続けられる杉並であつたらとの想いがこもっています。

このガイドでは、「付き添い」を行っている団体を取り上げていますが、話し相手になったり、ゴミ出し、郵便物の投函、買い物の代行など、ちょっとした困りごとのお手伝いも。対応の可否を団体にご相談ください。



名称	(公社) 杉並区シルバー人材センター		杉並区阿佐谷南
利用者居住地域	杉並区全域		
種別	非営利団体が行う住民同士のささえあい活動		
介護資格	介護有資格者 ・ 介護資格を有しない者		
対象者	2歳以上の子供、自立歩行が可能な方など		
電話	3394-2253	電話受付時間	8:30~17:15
FAX	3394-5004	受付休業日	土・日・祝・年末年始
料金	見守り程度の付き添い	1時間 1,672円/2時間 2,948円 継続しての依頼は1時間 1,320円	
	車いす介助など中程度の介助		
	キャンセル料	有 ・ 無	
その他	平均年齢 75 歳の元気な高齢者が社会参加・地域貢献を目的とした活動です 特別な技術を要さない範囲の付き添いに限ります		

名称	ともしびヘルプサービス		杉並区和田
	(特非)ともしび会		
利用者居住地域	杉並区東部 (中央線より南側)		
種別	非営利団体が行う住民同士のささえあい活動		
介護資格	介護有資格者 ・ 介護資格を有しない者		
対象者	会員制 (どなたでも)		
電話	5342-5909	電話受付時間	9:00~18:00
FAX	6904-7520	受付休業日	土・日・祝・年末年始
料金	見守り程度の付き添い	1時間 1,600円/以後15分毎 400円	
	車いす介助など中程度の介助		
	キャンセル料	有 ・ 無	
その他	地域で「安心して老いる」ことができるよう、互いに支え合えることを目指しています 活動時間 9:00~18:00		

名称	(なかまの家) ほっとサービス		杉並区成田西
	杉並・ワークスまちの縁がわ なかまの家		
利用者居住地域	荻窪、成田西		
種別	非営利団体が行う住民同士のささえあい活動		
介護資格	介護有資格者 ・ 介護資格を有しない者		
対象者	会員制 (どなたでも)		
電話	5930-6140	電話受付時間	(月)(水)(金) 10:00~16:00
FAX	5930-6140	受付休業日	上記以外の曜日・祝・年末年始
料金	見守り程度の付き添い	30分 500円/以後15分毎 250円	
	車いす介助など中程度の介助		
	キャンセル料	有 ・ 無	
その他	子どもから高齢者まで、誰もが自由に参加でき、安心して暮らし続けられる地域づくりを目指した活動 「食と憩いのほっとスペース」です		

名称	(すてっぷ&すきっぷ) ほっとサービス			杉並区上井草
	杉並・ワークズまちの縁がわ 上井草			
利用者居住地域	上井草・井草・今川周辺			
種別	非営利団体が行う住民同士のささえあい活動			
介護資格	介護有資格者		・ 介護資格を有しない者	
対象者	会員制 (どなたでも)			
電話	5303-4246	電話受付時間	9:30~16:30	
FAX	5303-4246	受付休業日	土・日・祝・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	30分 500円/以後15分毎 250円		【別途料金】 ・会費 1,000円/年
	車いす介助など中程度の介助			
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他	地域住民同士の「たすけあい」の活動です			

名称	ささえあいサービス			杉並区天沼
	(社福)杉並区社会福祉協議会			
利用者居住地域	杉並区全域			
種別	非営利団体が行う住民同士のささえあい活動			
介護資格	介護有資格者		・ 介護資格を有しない者	
対象者	おおむね65歳以上の方、心身に障害がある方など、日常生活を行うのが困難で、支援を必要とする方			
電話	5347-3131	電話受付時間	8:30~17:00	
FAX	5347-2061	受付休業日	土・日・祝・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	1時間 1,000円/以後30分毎 500円 ②定期利用のみ		【別途料金】 ・交通費 ・時間外割増料金
	車いす介助など中程度の介助			
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他	家事や介護などの手助けが必要な方を地域住民同士でささえあう活動です 高度で専門的な内容には原則対応できません			

名称	NEKO (ネコ) の手サポート			杉並区荻窪
	(特非)おでかけサービス杉並			
利用者居住地域	杉並区全域			
種別	非営利団体が行う住民同士のささえあい活動			
介護資格	介護有資格者		・ 介護資格を有しない者	
対象者	会員制 (介護認定を受けている方や障害のある方で、一人では公共交通機関の利用が難しい方)			
電話	6425-8584	電話受付時間	9:30~17:30	
FAX	5397-1755	受付休業日	土・日・祝・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	30分 500円/以後15分毎 250円		【別途料金】 ・会費 2,000円/年 ・交通費
	車いす介助など中程度の介助			
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他	車での移動サービス利用者へのサポートとして始めた活動です			

名称	ちょこっと支え合い			杉並区高井戸西
	(特非)竹箒の会			
利用者居住地域	高井戸西、久我山、及びその周辺			
種別	非営利団体が行う住民同士のささえあい活動			
介護資格	介護有資格者		・ 介護資格を有しない者	
対象者	どなたでも			
電話	3332-1076	電話受付時間	9:00~17:00	
FAX	3332-1076	受付休業日	第3日・第3木・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	30分毎 200円		【別途料金】 ・交通費
	車いす介助など中程度の介助	対応については応相談		
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他	地域住民同士が自分にできることで地域を支えることを目的として、相互に支え合う組織づくりを目指しています			

名称	ちょこっとお出かけサポート			杉並区久我山
	(特非)久我山からー			
利用者居住地域	久我山、松庵1丁目、宮前1・4・5丁目、高井戸西1～3丁目、高井戸東2丁目、上高井戸1・2丁目			
種別	非営利団体が行う住民同士のささえあい活動			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	高齢者など			
電話	5941-3443	電話受付時間	9:00～18:00	
FAX	5941-3444	受付休業日	土・日・祝・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	30分毎 1,800円		【別途料金】 ・交通費
	車いす介助など中程度の介助			
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他	定期的な利用は併設介護事業所の自費サービスへ移行できます			

(その他) 生協(組合員対象の助け合い活動) ※利用するには生協への加入手続きが必要です。

名称	生活クラブ生協 エッコロたすけあい制度			世田谷区宮坂
	生活クラブ(生協)・東京 政策調整部共済課			
利用者居住地域	杉並区全域			
種別	非営利団体が行う住民同士のささえあい活動			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	組合員であり、エコロたすけあい制度に加入している高齢者、障害者など			
電話	6862-5217	電話受付時間	9:00～17:00	
FAX	5426-5203	受付休業日	土・日・夏休・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	共済金より支払われます ②利用は約7～8回/年		【別途料金】 ・掛金 100円/月 ・交通費
	車いす介助など中程度の介助			
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他	生活クラブ組合員同士のたすけあいと、地域福祉推進のための生活クラブ独自のしくみです			

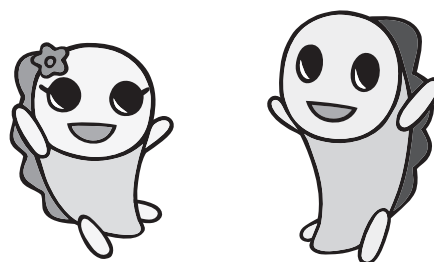
名称	東都生協 暮らしの助け合いの会 ほっとはんど			世田谷区船橋
	東都生協			
利用者居住地域	杉並区全域			
種別	非営利団体が行う住民同士のささえあい活動			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	会員制(組合員であり、ほっとはんど会員で、自立歩行が可能な方)			
電話	5374-4748	電話受付時間	9:00～16:30	
FAX	5374-5557	受付休業日	土・日・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	1時間 850円/以後30分毎 425円 ②1回の利用は4時間まで		【別途料金】 ・会費 1,000円/年 ・交通費 ・時間外割増料金
	車いす介助など中程度の介助			
	キャンセル料	有 ・ 無		
その他	組合員相互で暮らしを支え合うとともに、安心して住み続けられる地域づくりに貢献していくことをめざします 専門的な介助は行いません			

4 ボランティア活動（無償）

ボランティアセンターが呼びかけて募る無償のボランティアです。多くは介護の資格を有しない者が付き添い、見守ります。無償ですが、交通費などの実費は必要です。

※記載されている情報は2021年8月現在のものです。料金等に変更されている場合がありますので、詳しくは利用前に事業所・団体に確認してください。

名称	杉並ボランティアセンター			杉並区天沼
	(社福)杉並区社会福祉協議会			
利用者居住地域	杉並区全域			
種別	ボランティア活動（無償）			
介護資格	介護有資格者		介護資格を有しない者	
対象者	ボランティアを必要としている方			
電話	5347-3939	電話受付時間	8:30~17:15	
FAX	5347-2063	受付休業日	日・月・祝・年末年始	
料金	見守り程度の付き添い	無償	【別途料金】 ・交通費	
	車いす介助など中程度の介助			
	キャンセル料			
その他	ボランティアをしたい人とボランティアを必要としている人を繋ぐコーディネートを行っています ボランティアでの対応が可能かつふさわしい場合は、情報紙「ボラン・て」や当センターホームページで募集します			



介護保険で利用できる 訪問介護（外出介助）について

訪問介護は本来居宅で行われるもので、通院・外出介助は**例外的なサービス**ですが、日常生活上必要と認められる外出については、介護保険の対象となります。これは、通院・外出介助が、目的地に行くための居宅での準備を含む一連の行為と考えるためです。そのため、外出先のみでの介助など居宅での介護や援助を伴わない場合には利用することはできません。

また、外出の際に利用したバス等の交通機関の料金は、介護保険の対象とはならないため、利用者が負担します。

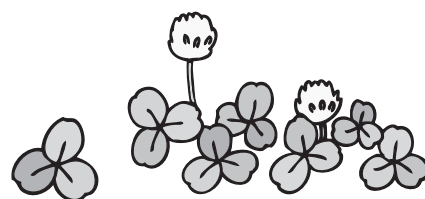
病院内の介助について

病院内は原則として病院側の責任において介助が行われるものであるため、ホームヘルパーが介助することは**介護保険の対象となりません**。ただし、利用者の状況により必要と認められ、ケアプランに位置づけた場合のみ、介護保険の対象となります。

例えば

- ・認知症による徘徊があり、常に見守りが必要な場合
- ・トイレ介助を必要とする場合

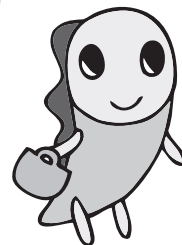
などです。単なる待ち時間など、ヘルパーが直接利用者を介助していない時間は、介護保険の対象外です。



介護保険が使える「外出介助」

日常生活上必要性が認められるもの

- 通院
(原則として病院内は認められません)
- 近所のお店などへの日用品の買い物
(趣味趣向的なものは認められません)
- デイサービスや介護保険施設の見学
- 家族への見舞い
(ただし、頻繁でない場合に限る)
- 官公署への届出
- 選挙



介護保険が使えない「外出介助」

日常生活の範囲を超え、趣味趣向に関するもの

- × ドライブ
- × お祭りなど地域の行事への参加
- × 外食
- × カラオケ
- × 観劇・ミュージカル
- × 美容院・美容院
- × パチンコ
- × 冠婚葬祭



「外出をサポートする おでかけガイド〈付き添い編〉」
 2021年11月第4版発行
 杉並区外出支援相談センター もび〜る

〒167-0051
 杉並区荻窪5-18-11 サニーシティ荻窪103
 電話 03-5347-3154
 FAX 03-5397-1755
<http://suginami-ido.info>



開所時間 9:30～17:30(土・日・祝日・年末年始は休み)



「外出手段にお困りの方への
 おでかけガイド
 〈移動サービス・車編〉
 も併せてご覧ください。」