

# 見守り配食サービス情報

(平成 26 年)

平成 26 年度より、見守り配食事業所は、周南農業協同組合、メディス、宅配クック 123、石船温泉の 4 事業所となっています。(利用申請書も 7/1 から一部変更です。)

## 配食サービス献立表

(平成26年06月23日(月)～平成26年06月29日(日))

日付	06月23日(月)	06月24日(火)	06月25日(水)	06月26日(木)	06月27日(金)	06月28日(土)	06月29日(日)
御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	カレーライス	御飯	御飯
豚肉生姜焼き	魚照り焼き	さばみそ煮	鶏コソンのチーズ焼き	グリーンサラダ	松前蒸し	ポークチャップ	
揚げだし豆腐	なすとベーコンの炒め煮	かぼちやの煮物	野菜の煮物	春巻	肉じゃが	青菜煮びたし	
カリフラワーのさっぱり和え	ピーマンとじゃこ炒り煮	胡麻和え	酢の物	フルーツ寒天	スバゲティサラダ	菜種和え	
フルーツ	卵豆腐	なます	マカロニサラダ	枝豆	大豆のからめ煮	ピーマンの塩っぺ炒め	
みそ汁	フルーツ	フルーツ	フルーツ	はるさめサラダ	フルーツ	フルーツ	
さつま芋甘煮	みそ汁	茶そば	つみれ汁	福神漬け	みそ汁	みそ汁	
熱量 731 kcal たん白質 29.6 g 塩分 2.4 g	熱量 605 kcal たん白質 27.3 g 塩分 3.2 g	熱量 653 kcal たん白質 28 g 塩分 3.1 g	熱量 638 kcal たん白質 29.2 g 塩分 2.3 g	熱量 728 kcal たん白質 21.8 g 塩分 3.8 g	熱量 655 kcal たん白質 28.4 g 塩分 3.9 g	熱量 550 kcal たん白質 24.9 g 塩分 3.1 g	
御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
魚の香草焼き	豚肉梅マヨソース	コロケ	鮭の南部焼き	えびカツ	鶏肉梅焼き	揚げ魚のあんかけ	
そばろ煮	キャベツのさっと煮	炒りどり	けんちん煮	麻婆豆腐	白菜とあさり煮もの	そばろ煮	
コロコロサラダ	炒り煮	トマトサラダ	おきゆと	えのきたけとろろ和え	はるさめ酢のもの	ごま和え	
辛子和え	煮豚	にんじん甘煮	ピーマンのじゃこ炒め	酢の物	温野菜のサラダ	和風サラダ	
フルーツ	トマト	フルーツ	フルーツ	フルーツ	フルーツ	寒天	
みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	
熱量 610 kcal たん白質 25.6 g 塩分 2.9 g	熱量 620 kcal たん白質 26.3 g 塩分 3.2 g	熱量 571 kcal たん白質 12.5 g 塩分 2.4 g	熱量 514 kcal たん白質 27.4 g 塩分 3.1 g	熱量 650 kcal たん白質 26.2 g 塩分 3.1 g	熱量 542 kcal たん白質 25.7 g 塩分 2.7 g	熱量 583 kcal たん白質 24.8 g 塩分 3.4 g	

\*配達された給食はなるべくお早目にお食べ下さい。残して冷蔵庫に入れておきますと食中毒の原因になりますので、食べ残しは必ず捨て下さい。  
\*材料の都合により、献立が変更になる場合がありますのでご了承下さい。減塩食・糖質食の方は栄養量は上記の通りではありません。

## 安否確認 JA周南給食センター 高齢者配食サービスのご案内

毎日飽きずに召し上がっていただけるよう、素材本来の味を大切にした味付けを心掛けています。いろいろな種類の食材が入っているだけでなく調理師が季節感や栄養バランスを考えた献立になっています。

### 食器対応コース

食事期間のある方ご相談に応じます。主菜・副菜もそれぞれの器に盛られ、ご家庭でつくった食事のようにお召し上がりいただけます。献立に合わせてお汁も付いています。

800円 安否確認有り

700円 安否確認無し

### ごはん自慢

地元でとれた自慢の周南米を使っています

### ごはん自慢

おかずのみのご注文も承ります

### 弁当コース

700円 安否確認有り

600円 安否確認無し

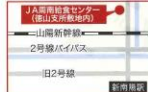
おかずのみの場合(使い捨て弁当器のみ提供)

650円 安否確認有り

550円 安否確認無し

\*一定数量以上のご利用の場合に割引がございます。また、無料のお試しも行っております。詳しくはご相談下さい。

私たちが安否確認いたします。お弁当配達時にご利用者様の安否確認をいたします。また、配達量チェックや配達状況など、気になることや緊急連絡の対応についても所定の連絡先にご連絡いたしますので、詳しくはご相談ください。ご家族の方も安心です。



ご注文・お問合せは JA周南給食センターへ  
**TEL:0834-62-3041**  
〒746-0082 周南市大字下上2103-1

## JA周南給食センター





## メディス配食サービスのご案内



美味しく、温かく…  
栄養バランスの摂れたお食事をご自宅までお届けいたします。  
お1人暮らしの方も安心、安否確認もいたします。

### 配食時間

昼食…午前10時30分～午後1時  
夕食…午後3時30分～午後6時

※交通事情などにより、配達時間が前後することがありますので、ご了承ください。また、配達時間の指定はお受けできません。

### 容器

専用の保温容器で配食いたします。  
容器の回収は、次回配食時にさせていただきます。



メニューの一例  
ご飯  
白身魚のカレーグリル  
ほうれん草とハムのソテー  
スイートポテトサラダ  
コンソメスープ  
みかん

お問い合わせ  
**株式会社メディス 岩国支店**

〒741-0083 岩国市御庄4丁目106-7

TEL 0120-46-0142

TEL 0827-46-0145

FAX 0827-46-0148

## あたたかい食事と笑顔をお届けします。

利用対象者 おおむね65歳以上の方



### 安否のご確認

配達時に利用者様が日頃と変わらなくお過ごしかどうかを確認させていただきます。  
緊急時には、救急車の手配・関係機関への連絡など早急な対応をさせていただきます。

### 受渡し

お食事は必ず手渡ししてお届けいたします。  
お留守の場合は、屋内外を問わずお食事を置いて帰る事はいたしません。  
なお、配達時間内に戻りにならない場合は、お食事を引き上げさせていただきますこととなりますのでご了承ください。  
※お届けの際に受領印を毎回頂きます。

### 献立

毎週、配食員が最新の献立表をお届けいたします。  
◆主食 ご飯・お粥  
◆副食 普通食・刻み食・極刻み食・ミキサー食…より選択してください。

### 休食・変更

前日の午後5時までにご連絡ください。  
なお、当日キャンセルにつきましては当日分の利用料金を頂きますのでご了承ください。



### 配達地域

岩国市(一部地域を除く)・下松市・周南市(旧徳山市内)・廿日市市(旧大野町)

### ご注意

- 食中毒防止のため、お届けしましたお食事は早めにお召し上がりください。
- また、食べ残した食事は衛生管理上、必ず捨ててください。
- 電子レンジにて加熱の際には、別の容器に移し替えてご使用ください。

### 配食サービス献立表

株式会社 メディス						
6月22日(日)	6月23日(月)	6月24日(火)	6月25日(水)	6月26日(木)	6月27日(金)	6月28日(土)
昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食
ご飯 鮭のムニエル ほうれん草とベーコンのソテー マカロニサラダ コンソメスープ	ご飯 白身魚の甘酢あんかけ じゃが芋と平天の煮物 春雨サラダ みそ汁	ご飯 回鍋肉(ホイコーロー) はんぺんの照り焼き 人参とまよしのナムル 中華スープ	チキンカレーライス きのこのソテー 彩りサラダ コンソメスープ	ゆかりご飯 冷やし中華 豆腐のナゲット 白菜の煮浸し	安飯 茹で豚のごまだれかけ 佃野菜サラダ 冷やしとろろ みそ汁	ご飯 あじの塩焼き 青菜と挽肉の炒め煮 冷やしなす 赤だし
キウイフルーツ	パイナップル	アロエシロップ	りんご寒天	オレンジ	りんご	牛乳もち
カロリー 651 kcal 蛋白質 28.9 g 塩分 2.5 g	628 kcal 24.8 g 3.5 g	638 kcal 19.5 g 3 g	674 kcal 18.7 g 4.2 g	564 kcal 20.9 g 4.4 g	644 kcal 27.3 g 2.3 g	582 kcal 29.1 g 2.7 g
夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食
ご飯 牛肉と大根の照り煮 しらたきのたらこ炒め 長ネギとわかめのぬた 清汁	ご飯 和風オムレツ ひじき煮 たこのさっぱり和え みそ汁	ご飯 赤魚のおろし煮 なすの天ぷら 白菜と茗荷の刻み漬け みそ汁	ご飯 たらの梅焼き れんこんの甘辛炒め おぐらの湯葉和え みそ汁	ご飯 焼肉 里芋の煮ころし おみ漬け みそ汁	ご飯 白身魚のパン粉焼き 入り豆腐 きゅうりと茗荷の酢の物 みそ汁	ご飯 鶏肉の香味焼き 推岩のツナマヨ焼き 青梗菜のごま和え みそ汁
オレンジ	りんご	メロン	キウイフルーツ	メロン	フルーツカクテル	キウイフルーツ
カロリー 574 kcal 蛋白質 22.2 g 塩分 2.4 g	603 kcal 24 g 3.3 g	557 kcal 24.5 g 3.2 g	485 kcal 22.9 g 3 g	602 kcal 26.1 g 3.1 g	549 kcal 26 g 3.6 g	615 kcal 24.2 g 3.7 g

★配達された給食はなるべくお早めにお食べ下さい。残して冷蔵庫に入れておきますと食中毒の原因になりますので食べ残しは必ず捨てて下さい。  
★都合により献立を変更させていただくことがありますので御了承ください。

株式会社 メディス TEL(0827)46-0145

フリーダイヤル0120-46-0142



クック123



やわらか食



詳しくは下記店舗までご相談ください。

宅配クック123 宅配クックワン・ツウ・スリー 周南店  
〒745-0065 山口県周南市原宿町7番27号  
TEL.0834-34-5521・FAX.0834-32-7227

※本誌掲載の人数・性別は、最良のお届けサービスを実現するために、あくまで目安です。必要に応じてご注文の人数・性別に合わせてお申し込みください。また、お申し込みの際は、ご本人の承諾なしに第三者へ（集客委託先を除く）に個人情報を提供することはありません。

# 向こう三軒両隣の ちょっとお節介な弁当屋です。

皆さまがまだ子供だった頃、そこには今は行くことが少なくなった「向こう三軒両隣」のご近所付き合いがありました。味噌や醤油を切らしたときは貸し借りをしたり、煮物をたくさん作った時はお裾分け…。留守をすどるときにはひと声かけて見守りのお願いをする…。そこには互いに思いやる「お隣さん」の関係がありました。食事も皆さまにとっては、ご家族が作ったものが一番だと思います。でも、それが叶わない方のために、私たち「宅配クック ワン・ツウ・スリー」は「ご家族にはなれなくても、お隣さんになれる」という思いを持って、お弁当を作り、お届けしています。今日もちょっとお節介に皆さまに「会いに行きます」。



ご利用される、みなさまの声を聞き、ご満足いただけるサービスでお応えします。

- 栄養の偏りを防ぎ、健康的なお食事を望まれる方へ。  
管理栄養士がカロリーと栄養のバランスを考えたメニューです。  
管理栄養士が高齢者の健康を考えて作る和食中心のメニューです。1食あたり520kcal前後（ごはんセットの場合）に設定しています。
- 1週間単位での注文の不便や不満はありません。  
1食からのご注文もOKです。もちろんお届けは無料。  
外出などで、お弁当が必要な場合、1週間単位の予約では何となく不都合です。当店で、1食だけのご注文でもお届けします。
- 噛む力が弱って、通常の食事が困難になってきた方へ。  
きざみ食・おかゆ、やわらか食など各種をご用意しています。  
通常の食事が困難な方へは、きざみ食・おかゆをご用意。それでも難しい方へは、歯茎や舌で噛みつぶせる、やわらか食をご用意しています。
- 日曜日や祝日もご利用なりたい方が、実はとても多いのです。  
土・日曜日も祝日もお届けしています。  
お食事作りが困難な方や、毎日健康な食事が必要な方のために、当店で、土曜日・日曜日や祝日もお届けしています。（※正月3日は除く）
- 毎日の食費の負担が大きくならず、利用したい方のために。  
1食が540円（税込）からご利用しやすい金額です。  
毎日のお弁当で健康寿命を伸ばしていただくために、ご負担も軽い金額です。ごはんセットでも594円（税込）（普通食の場合）です。



各自治体からもご評価頂き全国で約260の市区町村から配食事業を受託しております。

## 宅配クック123の「3つのお節介」とは

### ■お節介①「手渡し・安否確認」

お変わりないかなど「会いに行きます」。その結果が私たちの安否確認。

私たちは「ご利用者さまに会いに行く」の気持ちで、お弁当は手渡しが原則です。

「会いに行く」ことで安否確認ができます。

何かあった場合は、予め備えている緊急連絡先に速やかに連絡します。

### ■お節介② 認知症の方への理解の証「オレンジリング」

認知症になっても「住み慣れた地域で、住まいで安心して暮らしていただきたい」との思いで、地域ごとに「認知症サポーター養成講座」を開催受講。受講修了者は、その証として「オレンジリング」を身に付けています。

### ■お節介③ コミュニケーションへの想い「楽しみの提供」

特別食「自慢話」

「食べられる喜び・楽しみ」を感じていただける、こだわりのメニューを定期的に用意しております。

大切なお客様のご長寿をお祝いした特別食「カラスカレイ煮付け」

生産者が分かる安心・安全で新鮮な鶏を使用した「うな丼」

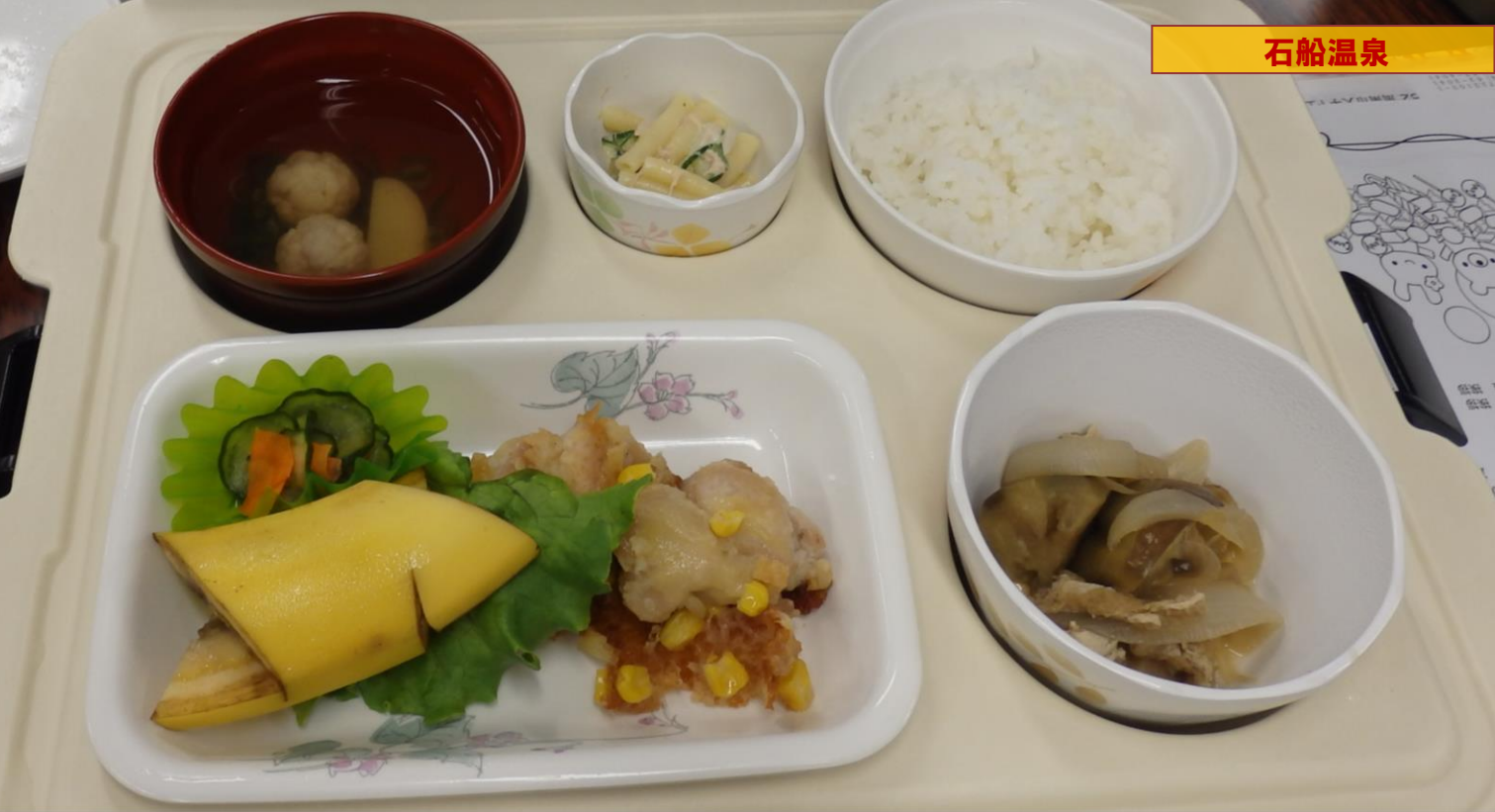
ミッケルアート

昔懐かしい生活シーンを描いたシケルアートは、高齢者の「見つける」「思い出す」という思考過程の支援を促進するためのコミュニケーションツールです。お弁当と一緒にお渡しし、お客様から「会話」や「思い出話」をお聞かせしています。

お食事は高齢者の楽しみの一つです。健康寿命を考えたお弁当をお届けしています。

<h3>普通食</h3> <p>栄養バランスと食べやすさに配慮しました。</p> <p>お届け例</p> <p>さわらの照焼き</p> <p>お弁当のみ 540円(税込)   おかずごはん 594円(税込)</p>	<h3>健康ボリューム食</h3> <p>お元気で食事のボリュームを楽しみたい方へ。</p> <p>お届け例</p> <p>牛焼肉</p> <p>お弁当のみ 606円(税込)   おかずごはん 660円(税込)</p>	<h3>やわらか食</h3> <p>噛む力が弱り通常の食事が困難な方へ。</p> <p>お届け例</p> <p>たらの西京焼き</p> <p>お弁当のみ 777円(税込)   おかずごはん 820円(税込)</p>
<h3>カロリー・塩分調整食</h3> <p>カロリーや塩分量の調整が必要な方へ。</p> <p>お届け例</p> <p>さばの味噌煮</p> <p>お弁当のみ 777円(税込)   おかずごはん 820円(税込)</p>	<h3>塩分控えめ・低たんぱく食</h3> <p>塩分やたんぱく質の摂取に制限がある方へ。</p> <p>お届け例</p> <p>ビーフストロガノフ</p> <p>お弁当のみ 777円(税込)   おかずごはん 820円(税込)</p>	<h3>透析食</h3> <p>透析治療中の方におすすめ。</p> <p>お届け例</p> <p>ヒレカツの卵とじ</p> <p>お弁当のみ 777円(税込)   おかずごはん 820円(税込)</p>
<h3>朝食</h3> <p>1日の始まりに大切な食事です。</p> <p>お届け例</p> <p>パンセット 275円(税込)   おしよセット 313円(税込)</p>	<h3>特別弁当</h3> <p>旬の味と季節の行事などを楽しむお弁当です。</p> <p>お届け例</p> <p>春の天ぷら弁当</p> <p>お弁当のみ 540円(税込)   おかずごはん 594円(税込)</p>	<h3>丼物</h3> <p>和風・中華風などバラエティ豊富です。</p> <p>お届け例</p> <p>うな丼 594円(税込)   牛すき焼き丼 594円(税込)</p>

●やわらか食 ●カロリー・塩分調整食 ●塩分控えめ・低たんぱく食 ●透析食は、医師または管理栄養士の指導のもとご利用ください。 ※ごはんも別途ご用意しています。ご注文時にお申し付けください。



# 配食サービスのご案内

ご利用の年齢制限なし  
 高齢者の安否を確認するサービス付も選べる配食です。  
 毎日飽きずに召し上がって頂けるよう、家庭の味をお届けします。  
 調理師が季節感や栄養バランスを考えた献立になっています。



## 専用容器 ご飯、お汁、おかず

- 安否確認なし・・・720円 (下記条件をみたせば・・・617円)
- 安否確認付・・・823円 (下記条件をみたせば・・・720円)



専用容器

献立は毎食変わります。

## 周南市の見守り配食の方・・・410～610円

65歳以上の一人暮らしで、安否確認を必要とし、外出や調理が困難な、家族からの支援が見込めない人で、生活保護の受給者、または市民税非課税者は410円、それ以外の方は610円です。

## おかずのみ

- 安否確認なし・・・566円 (下記条件をみたせば・・・463円)
- 安否確認付・・・669円 (下記条件をみたせば・・・566円)



献立は毎食変わります。

### ★配食の割引条件

- ・昼食を一週間、毎日 ・夕食を一週間、毎日
- ・昼食、夕食を一週間で合計10回以上のいずれかをみたされた場合

### ★配達的时间 昼食 9:00～12:00 夕食 14:00～17:30

### ★お支払方法・・・月末締めの一ヶ月分を口座引落または現金で集金します。

### ★配達地域 鹿野・大向

### (安心のサービス)

- ◆用事で配食が必要でない日は、前日の午後5時までに連絡を頂ければ、無料で断れます。
- ◆カロリー、たん白質、塩分の表示がある 詳しい一ヶ月分の献立表をお届けします。
- ◆無休で、毎日、お届けします。

ご注文、お問合せ  
**石船温泉**  
 TEL 0834-68-2542

配食サービス献立表 6月 月 朝 昼 夕 夜 朝 昼 夕 夜 朝 昼 夕 夜

献立	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
朝のメニュー	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	
昼のメニュー	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	
夕のメニュー	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	
夜のメニュー	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	

昼

配食サービス献立表 6月 夕 朝 昼 夕 夜 朝 昼 夕 夜 朝 昼 夕 夜

献立	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
朝のメニュー	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	
昼のメニュー	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	
夕のメニュー	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	
夜のメニュー	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	

夕