



② 食事の支度に困ったら

食事のメニューを考えたり作ったりするのに気が進まないときや、体調不良で料理ができないときなどに役立つサービスを紹介します。

2 お弁当／調理済み食品の宅配サービス

連絡先等	サービス名	サービス内容	条件等
ハローランチ秋田店 ☎ 839-6123	お弁当配達	高齢者向け弁当、夕食宅配弁当は1個からお届け可能。 ご注文・お問合せ受付時間は午前8時30分～午後5時まで。 (初めてご注文されるかたは、前日までのご予約となります。以降、当日配達分の受注締切は午前9時30分までとなります。) 配達時間は午後3時～午後6時。 お弁当の種類は2種類(ご飯と日替りおかずのセット・日替りおかずのみ)	【配達地域】 秋田市内(雄和・河辺を除く。配達できない地域もございますので、お問い合わせください) 【料金】 定価一食あたり、ご飯とおかずのセットは600円(税込)・おかずのみは500円(税込)。 ※食の自立支援事業を利用されているかたと直接注文のかたの値段が異なります。 【定休日】 土・日・祝日及び当社休業日(年末年始・お盆期間等)
宅配こまち ☎ 868-7800	お弁当配達	日替り弁当は前日午後5時まで受付。 配達は昼(午前9時30分～正午) 夕(午後3時～午後6時) ※朝食分は夕食と一緒にお届け。	※食の自立支援事業を利用されているかたと直接注文のかたの値段が異なります。 【配達地域】 秋田市内(河辺・雄和を除く)
雄和振興公社 Villa・フローラ (ヴィラ・フローラ) ☎ 881-3011	宅配サービス	ピザ、ハンバーグ(ライス付き)、 パスタ、カレー、サイドメニュー各種 弁当 (前日まで要予約 1,100円(税込)～) オードブル (3日前まで要予約 6,000円(税込)～)	【配達時間】 午前11時～午後6時 (受付は午後5時まで) 【配達地域】 雄和、御所野、四ツ小屋、豊岩、河辺 【定休日】 毎週火曜日 ※配達は2,000円(税込)以上から承ります。

2 お弁当／調理済み食品の宅配サービス



連絡先等	サービス名	サービス内容	条件等
こんどう食堂 ☎ 845-1212	麺類・丼類 定食の配達	配達料として 1品ごとにプラス20円。	【配達地域】 土崎港、将軍野、外旭川 ※詳細はお問い合わせください。
セブン-イレブン お届けサービス 「セブンミール」 ☎ 0120-736-313 (午前11時～午後7時)	セブン-イレブンの 商品お届けサービス 「セブンミール」	セブン-イレブンの商品をお近くのお店からご自宅や職場にお届けするサービス。 ・1日分からOK ・ご注文の翌日お届け ・365日年中無休 ・入会金・年会費無料 ・ご注文 1,000円(税抜)以上なら220円(税込)でお届け ・ご注文 3,000円(税抜)以上ならお届け無料	配達エリア・入会方法は専用ダイヤルにてご確認ください。 【お届け時間】 (目安) ・昼便：正午ごろまで ・夕便：午後7時頃まで 【配達対応店舗】 秋田市内 ※詳しくはホームページでご確認ください。
宅配COOK123 (クックワンツースリー) きらら秋田店 ☎ 874-7353 FAX 874-7682	配食サービス	塩分控えめ普通食 健康ボリューム食 カロリー食・塩分調整食 たんぱく・塩分調整食 透析食 消化にやさしい食 やわらか食 ムースセット食	※食の自立支援事業を利用されているかたと直接注文のかたの値段が異なります。 【配達地域】 秋田市内(雄和を除く)

食の自立支援事業

おおむね65歳以上の、一人暮らしなどで援助が必要なかた向けの配食サービス事業を実施しています。高齢による身体の衰えや、障がい、病気などのため、食事の調理が困難なかたに、食事を配達し、安否確認を行います。要介護・要支援認定の有無にかかわらず、ご利用いただけます。

利用回数：1日1回で、1週間に3回まで
 利用料：1回あたり340円から730円まで(事業者により異なります。)
 申請先：地域包括支援センター(77ページをご覧ください)

1 生活の不便がでたら

2 食事の支度に困ったら

3 日々の買い物に困ったら

4 ベットのお世話を頼みたいと思ったら

5 リフレッシュがしたくなったら

6 高齢者世帯やひとり暮らしで不安になったら

7 介護ベッドや車いすを使いたいと思ったら

8 身の回りの整理が必要になったら

9 バイリンガル・マークシートなど

10 その他