



松本市社協生活支援員だより

れんげつつし

令和7年7月発行

【お問い合わせ】

第一地区地域づくりセンター

第一公民館

☎0263-32-1550ヒガシジョウ

第一地区生活支援員 東條

直通電話 070-8802-5401

回覧

〈発行〉社会福祉法人 松本市社会福祉協議会 担当課 地域福祉課

〒390-0833 長野県松本市双葉4-16 松本市総合社会福祉センター ☎0263-27-3381 ☎0263-27-2239

配食サービスを活用しよう！

「配食サービス」とは、高齢者向けのお弁当を自宅まで届けてくれるサービスです。高齢者ご夫婦や、一人暮らし高齢者等の栄養状態の維持、併せて「安否確認」という面も兼ねているので非常に好評です。

毎日の食事の支度は大変ですよ。つつし簡単に。と済ませていませんか？しかし、高齢者こそ、健康のためにはバランスの取れた質の良い食事が必要です。そこで「配食サービス」を生活に取り入れることを考えてみましょう。



配食サービスの特徴（業者によってサービスが違います）

- ♪ 身体の状態にあわせて、ご飯をお粥に、おかずをムース食や刻み食に選ぶことができます。
- ♪ 食事制限のある方に合わせた配食もしています。
- ♪ 急な体調不良などで、必要になった時、最短で前日11時までの連絡で翌日の配達可能な業者もあります。
- ♪ 顔を見て手渡しすることで見守りサービスにもなります。
- ♪ 食事の食べた量などで体調の変化に気が付いた例もあります。

民間の配食サービスの一例です。配達出来ない地域もありますので、お問い合わせ下さい。また、味に飽きてしまう場合もあります。そんな時は2-3か所の業者を順に試すのもいいかと思います。気楽に試すのをお勧めします。

店 名	電話番号	介護食	安否確認	金額(税込)
ライフデリ松本店	87-1241	○	○	678円～
セントラル・ビオス	39-5888	○	○	756円～
食彩鶴亀	50-7907	○	○	594円～
宅配クック123	29-0401	○	○	648円～
ワタミの宅食	0120-191-950	○	○	620円～
デイリーコープ	0120-502-160	○	○	615円～
まごころ弁当	74-3523	○	○	540円～
松本のお弁当 ぶんのお弁当	090-4223-6866	○	○	648円～

※変更になっている場合がございます。金額、配達区域等、詳しくは店舗にお尋ねください。(R7.5現在)

配食や調理支援等で困りの方は地区生活支援員にご相談ください。

♡ご自身に合ったサービスを一緒に探します♡

