

ごようきき三河屋  
在宅高齢者様向け  
**配食弁当サービス**



～**松江市で20年の実績**  
**食を通して安心をお届け～**

遠く離れた場所で暮らすご家族に代わって、  
お買い物やお食事のお手伝いをいたします。

**土日休まず365日、**

昼食と夕食をお届けしています。  
お手渡しでも、ご指定の場所へのお届けも可能です。

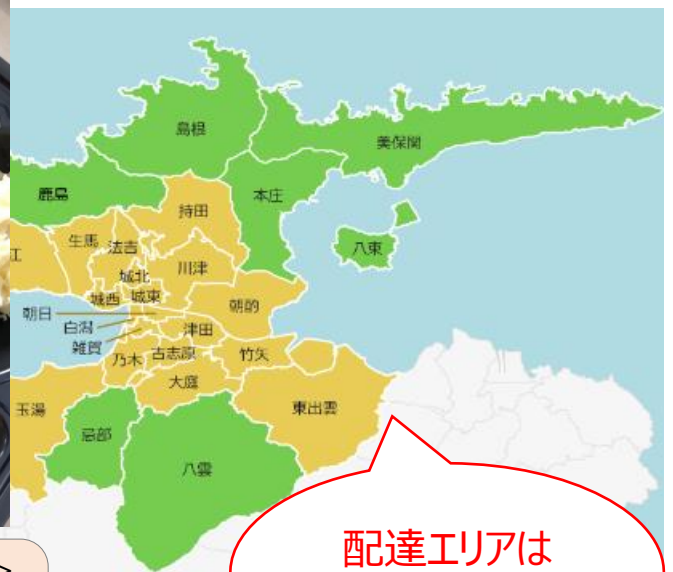
**安否確認サービス**でご家族も安心。



昼食



夕食



配達エリアは  
**松江市内全域**

<昼食-普通食メニュー例>  
ひき肉たっぷりカレーコロッケ  
筑前煮、しめじの酢の物  
青菜と蒸し鶏の和え物

<夕食-普通食メニュー例>  
さばの味噌煮、卵サラダ、  
干し椎茸春雨炒め  
白菜とみかんの酢の物

普通食：主菜1品+副菜3品  
カロリーたんぱく塩分調整食：主菜1品+副菜2品

**配食弁当お申込みについて**

- ①配食弁当のお申込み、再開のご連絡は  
ご利用予定日の**4日前13時**までにお願ひします。  
ただし、「**松江市食の自立支援**」対象の方は**2日前17時**までにご連絡ください。
- ②お届け時間は  
昼食8：30～12：30、夕食12：30～16：30 です。  
※交通事情や天候等により、お届け時間帯が変わることがございます。ご了承くださいませ。
- ③お申込みにあたり、  
ご利用者様の**緊急時用連絡先**をお聞きしています。
- ④ご請求は、  
未締め、翌月10日頃請求書にてお知らせいたします。
- ⑤お支払い方法は、  
口座振替(合銀、島根銀行、ゆうちょ、JA)をおすすめしています。  
引落日は、**合銀・島銀・JA→15日**(休業日の場合、翌営業日)  
**ゆうちょ→20日**(休業日の場合、前営業日)

# 配食弁当のお申込みについて

## 常食、一口、きざみ食

## 普通食、カロリー塩分調整食、たんぱく塩分調整食

## ごはん、おかゆ

の中からお選びください。



弁当【一口】



弁当【きざみ】

在宅療養中の方も安心！



弁当内容	価格	
	税別	税込
<b>普通食(4品)</b>		
おかず	570	616
おかず+ごはん	640	691
おかず+おかゆ	660	713
<b>普通食 きざみ・一口(4品)</b>		
おかず	600	648
おかず+ごはん	670	724
おかず+おかゆ	690	745
<b>カロリー/たんぱく(3品)</b>		
おかず	630	680
おかず+ごはん	700	756
おかず+おかゆ	720	777
<b>カロリー/たんぱく きざみ・一口(3品)</b>		
おかず	660	712
おかず+ごはん	730	788
おかず+おかゆ	750	810

### ①ご不在時の対応について

- 購入発泡 (弁当1~2個対応) 税込330円
- レンタルクーラーボックス 1ヶ月税込220円

### ②弁当のお渡し方法について

基本的にお手渡しをさせていただきますが、お客様のご要望にもご対応いたします。

例)勝手口から入って  
台所テーブルの上に置く

例)玄関下駄箱上の  
発泡の中に入れる 等々

### ③配食チケットについて

お客様で管理できない場合は、お預かりしています。

### ④キャンセルについて

前日の13時までにご連絡をお願いします。

●お弁当の温め時間の目安(電子レンジ500Wの場合)おかず40秒 ごはん1分 おかゆ1分30秒  
※お弁当のフタは少しずらしてください。

## お客様の ある1日

お弁当の頼み方はお客様によってさまざまです  
毎日頼まれる方、  
平日のみ、日曜のみ、予め決めた日のみ  
など生活スタイルに合わせてご利用いただけます。

### Aさんの1日のお食事例

【Aさん78歳、お一人暮らし、土日娘さんが来られます】

#### ■朝食：三河屋定期便「朝食セット」にプラス

主食	パン1個
野菜	野菜ジュース200ML
乳製品	ヨーグルト1パック
果物	バナナ1本



#### ■昼食：デイサービス利用中 (月～金) 17時頃帰宅



#### ■夕食：モルツウェルお弁当(月～金)

主食	ごはん
主菜	アジのパンパンジー風
副菜	もやしの卵とじ
副菜	大根と牛肉の味噌煮
副菜	いんげんおかか和え

表示カロリー501kcal(ご箱含む)



### Cさんの1日のお食事例

【Cさん90歳、お一人暮らし】

#### ■朝食：自炊

主食	ロールパン1～2ヶ
乳製品	牛乳200ML
果物	バナナ1本



週2回、  
買い物  
お届け  
定期便を  
利用中

#### ■昼食：モルツウェルお弁当(毎日)

主食	ごはん
主菜	豚肉のねぎごま天
副菜	じゃがいものきんぴら
副菜	刻み昆布と人参の梅煮
副菜	しめじ絹さや煮

表示カロリー488kcal(ご箱含む)



#### ■夕食：モルツウェルお弁当(毎日)

主食	ごはん
主菜	アジのパンパンジー風
副菜	もやしの卵とじ
副菜	大根と牛肉の味噌煮
副菜	いんげんおかか和え

表示カロリー501kcal(ご箱含む)



## お客様の声

### 60代女性

骨折をして、身の回りのことが出来ず、不自由にしていた期間のみ利用していました。毎日栄養バランスの良い食事が摂れ、すっかり元気になりました。

### 80代男性

日中は息子家族が皆不在のため、平日の昼食を注文しています。部屋まで届けてくれるので、助かっています。

### 県外に住む息子様より

お弁当お届けと一緒に安否確認をしてもらえるのが何より安心です。

### 利用者様の娘様より

キャンセルの連絡や不在届け時の連絡のやり取りがLINEで出来るのが便利で助かります。



配食サービスをご利用いただいているお客様には様々背景があります。**食事の準備が困難な独居の方、退院後栄養管理が必要な方**など、ごようきき三河屋では、お一人お一人のご利用シーンに合わせて、お食事をお届けしています。特に地域のケアマネージャーさんとの連携を取り、**安否確認**の必要なおお客様については、社内のコールセンターから緊急連絡ができる仕組みを構築しています。また、2004年から**松江市「食」の自立支援事業**の委託業者として市民の健康維持に努めています。**「食」の自立支援事業**についてはこちら▼

国際文化観光都市



島根県  
**松江市**  
Matsue City, Shimane

## 松江市食の自立支援事業について

栄養のバランスの取れた食事を提供し、当該利用者の安否を確認することにより、高齢者の自立と生活に質の確保を図ります。

### 【対象者の要件】

第1号被保険者(**65歳以上の者**)及び**要介護認定**(介護保険法第27条)もしくは**要支援認定**(介護保険法32条)を受けている2号被保険者(**40歳以上65歳未満**)の方で次の要件を全て満たす者  
65歳以上の者若しくは要支援以上の認定を受けている第2号被保険者のみの世帯又はそれに準ずる世帯に属する者であること。

- ・食事の調理が困難であること。
- ・栄養のバランスのとれた食事を確保することが難しいこと。
- ・安否確認の必要な者であること。
- ・市長が配食サービスの必要性があると認める者であること。

### 【利用料金】

**おかず+ごはん450円(税込)、おかずのみ400円(税込)**

### 【利用申込について】

- ・介護保険要介護認定を受けている方  
ケアマネージャーを通して、申請書を提出してください。
- ・要介護認定を受けていない方  
お住まいの地域の地域包括支援センターにご相談ください。



# 買い物お届けサービス



① 配達料	330円(税込)	
② 調達手数料	お買い物先1店舗ごとに220円(税込)	
③ ご注文締切	10:30までのご注文→翌日配達 10:30以降のご注文→翌々日配達	
④ お届け時間帯	13:00～16:30	
⑤ お支払い方法 (未締め、1ヶ月分のご請求)	基本口座振替にてお願いしています。 手続きが完了するまでの間は、振込が現金にてお願い致します。	
⑥ ご注意点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・商品は前日に集荷しているため、お惣菜・お刺身はお届けできません。</li> <li>・ルート配達の性質上、アイスクリームは冷凍管理が困難なためお断りさせていただいています。</li> <li>・魚・肉類は冬季期間(2月～10月)のみお届け可能です。</li> <li>・金額設定は1回につき税込1万円まで、1ヶ月税込3万円までとさせていただきます。</li> </ul>	

# お手伝いサービス

## ちょこっとお手伝いサービス

ゴミ捨てやポストイン、  
電池や電球の取り換えなど・・・  
お弁当のお届けの際に、  
ついでに出来ちゃうような、  
ちょっとした用事なら、お任せください！  
目安時間：5分～10分

料金	5分以内297円(税込) 1分過ぎる毎に+55円(税込)
対応時間	9:00～17:00
ご注意点	事前ご予約が必要です。 配食弁当をお届けする際に行うサービスです。

## 大がかりお手伝いサービス

草取り、草むしり、草刈り、  
お墓掃除、不用品の片付け、  
長期不在のご自宅管理など、  
専門のスタッフが承ります。  
事前にお見積りをご提出いたします。  
お気軽にご相談下さいませ。

料金	作業スタッフ1名につき <b>1時間1,650円(税込)</b> ※1件に3～4名つきます。 ※作業時間2～3時間 <b>交通費1,650円(税込)(松江市内)</b> <b>2,750円(税込)(松江市外)</b> 別途費用：ごみ処理代、 草刈り機使用代など
対応時間	平日9:00～15:00
ご注意点	上記はACCありがとう創造社様に業務委託した場合の料金です。

リピート  
99%の  
仕上がり！！

草むしり実例A様宅お庭  
<作業内容>  
時間：2時間  
作業人数：3名  
費用合計：14,850円(税込)



before



after



ごようきき三河屋

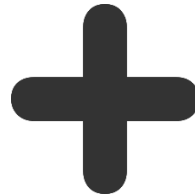
# おまかせ朝食セット

税込 **260円**

配達料無料

天然酵母パン 税込 **140円**

伊藤園野菜ジュース(200ML)



税込 **120円**



どれも賞味期限長め、常温保存OK

いずれか各1個ずつ

単品でもご注文いただけます！！

お得  
です！

天然酵母パン7個+野菜ジュース7本

## 1週間セット

ラクチン♪

税込1820円→ **1700円**

### <ご注意>

- ・こちらの商品は、配達料無料です。
- ・配食弁当のご利用がない場合、別途配達料330円を頂戴します。
- ・昼食か夕食の配達時にお届けします。
- ・パンと野菜ジュースはお任せとなりますので、ご了承ください。



おすすめ

おいしさ長持ち  
賞味期限長めの  
パネックスパン

1個 税込 **140円**

よりどり7個 税込980円 税込 **880円**





ごようきき三河屋

# ソフト食 (冷凍商品)

舌で  
つぶせる

1人前セット 税込 **864円**

## <使いやすいポイント>

- 「朝食」「昼食」「夕食」が**1人前セット**になっています。
- 1日に必要な栄養価が採れます。
- 28日84食分の豊富なメニュー
- 最大4週間分の献立をカバーできます。
- メイン料理にはソース付き！

## <ご注文方法>

- 締切：前々週の水曜日
- 注文単位：1週間ごとの数量をお知らせください。

## <ご注意>

- ・ こちらの商品は、配達料無料です。
- ・ 昼食か夕食の配達時にお届けします。
- ・ 配食弁当ご利用中の方に限らせていただきます。
- ・ 毎日重ならないようにお届けするため、献立メニューはお選びできません。お任せとなりますので、ご了承ください。
- ・ 冷凍商品のため、必ず加熱してお召し上がりください。

1食から  
ご注文  
できます。



ごえん  
誤嚥が心配な方、えん下（飲み込み）が困難な方へ

透明、  
ダマになりにくい

ヘルパーさんや  
看護師さんにも  
選ばれています！

どんな液体にも  
使いやすい  
とろみ調整用食品



softia<sup>®</sup>S

ごようきき三河屋

## ソフティア S (エス) とろみ食用 (とろみ調整用食品)

(500g) 税込 **1,350円**

飲み込みが難しい方へ  
医療の現場で採用されている  
えん下困難者用食品です

液体にとろみをつけて飲み込みやすくする  
どんな液体にも使いやすいとろみ材です。



特別用途食品  
「とろみ調整用食品」の  
表示許可を取得しています。



どんな液体にも使えます

味噌汁、牛乳、ジュース、温かいもの、冷たいもの…。

どんな液体にもダマにならずすばやく溶けて

食材の風味も損ないません。

温

冷



どんな液体も添加量は同じ

どんな種類の液体にも、  
同じ添加量で同程度のとろみがつきます。

使い方はとっても簡単!

ソフティアSの使い方

嚥下調整食分類 2021(とろみ)の 各段階における 添加量の目安	段階1 薄いとろみ (50~150mPa·s)	段階2 中間のとろみ (150~300mPa·s)	段階3 濃いとろみ (300~500mPa·s)
作り方	スティック1包 3g 300mL	スティック1包 3g 150mL	スティック1包 3g 100mL
液体に対する ソフティアSの濃度	1%	2%	3%



※「嚥下調整食分類2021(とろみ) 早見表」を一部改変したものです。  
表の理解にあたっては「嚥下調整食分類2021」の本文を必ずご参照ください。





栄養補給食品(飲料)

栄養機能食品

亜鉛・鉄・銅  
※製品によって異なる  
詳しくは裏面へ

美味しく栄養補給

EPU-rich  
**エプリッチ**  
DRINK

※写真は、エプリッチドリンクすいすいのイメージです

「エプリッチドリンクシリーズ」は美味しく、  
簡単にエネルギー、たんぱく質が  
補給できるドリンク(飲料)です。

**ドリンク  
タイプ**  
(125ml)

「さっぱりとした飲み口」  
と「爽やかな透明感」  
で飲みやすくなりました！



ごようきき三河屋

## エプリッチドリンクSaraエネルギー・たんぱく質補給飲料

1本あたり  
約167円

(125ML×24本) 税込**4,000円**



ミックスフルーツ風味 ストロベリー風味 レモンティー風味 アップル風味

- エネルギー200kcal
- たんぱく質8.0g
- 亜鉛4.0mg
- ビタミン食事摂取基準の約1/3
- 脂質0g
- リン・カリウム0mg

※ご注文は1ケース単位となります。  
※お届けはご注文から約1週間後くらいになります。

ごようきき三河屋では、

お弁当以外にも、お食事に関わるいろいろなお悩みに合わせて、

毎日の「**食べること**」をサポートいたします！

管理栄養士がご相談にのりますので、お気軽にお問い合わせください。

