

75歳以上の区民の皆様へ
お弁当・見守りサービス



☎03-3228-8838

※食事代のみ自己負担

食事支援



登録配食サービス事業者から好きな事業者を選んで契約します。

健康づくり・
介護予防支援



日々の元気アップに活用いただける地域情報や健康づくり・介護予防情報を毎月お届けします。

見守り



お弁当は手渡しを基本とし、配達員がお声かけします。緊急時は緊急連絡先等に連絡します。

～ 高齢者のみなさんを対象とした地域見守り支えあい事業 ～

■事業の内容■

1 健康と生活を支える配食サービス

サービスを利用する方が登録配食サービス事業者と契約し、各事業者が用意しているメニューから選んだお弁当をお届けします。



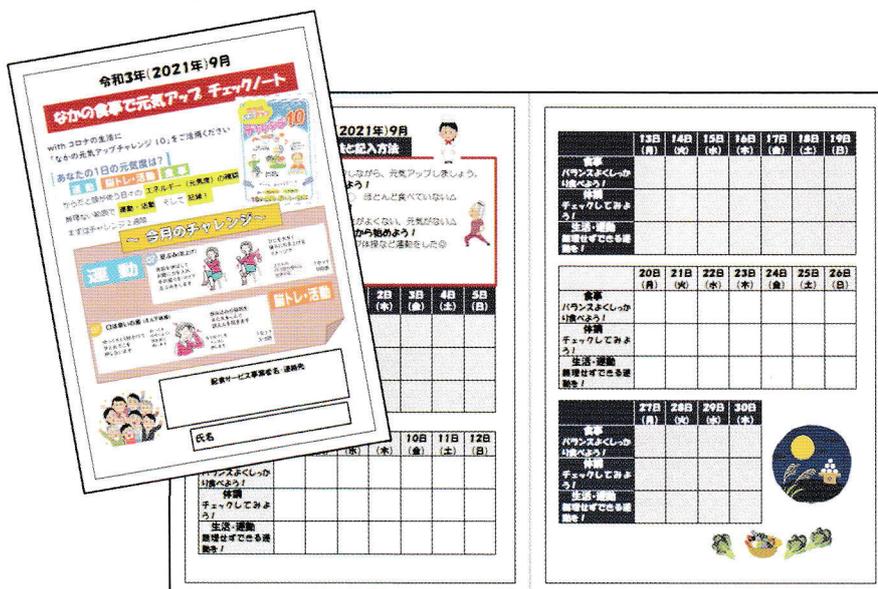
*様々なメニューを用意

2 食事支援と健康づくり・介護予防支援

- 日々の元気アップに活用いただける地域情報や健康づくり・介護予防情報などを掲載したチラシをお弁当と一緒にお届けます。 *月1回程度
- 高齢者のみなさんは、「なかの食事で元気アップチェックノート」を毎日チェックし、お弁当を受け取る際に、配食サービス事業者の配達員の方に提示します。

*「なかの食事で元気アップチェックノート」の例

区が作成します。契約手続き完了後、配食サービス事業者からお届けします。



3 見守り

- お弁当は手渡しを基本とし、配達員の方がお声かけします。
- 指定の時間にお弁当を届けても応答がない場合や緊急の対応が必要と判断した場合は、指定の緊急連絡先やすこやか福祉センター、場合によっては消防署や警察署に連絡します。



*配達員がお声かけします

■申込みができる方■

中野区内にお住まいで、75歳以上のおひとり暮らしの方、75歳以上の方のみで暮らしている方

- *介護保険のサービスを利用している方は、担当のケアマネージャーにご相談ください。
- *生活保護を受給している方は、担当のケースワーカーにご相談ください。

■利用料■

食事代のみ自己負担となります。

- *健康づくり・介護予防支援、見守り等に係る経費負担はありません。

■申込みと契約の手続き■

次ページの「配食サービス事業者一覧」より、契約を希望する事業者を決め、区の地域支えあい活動支援係へ電話で申込みをしてください。

【申込み先】

中野区地域支えあい推進部 地域活動推進課 地域支えあい活動支援係
03-3228-8838 / 03-3228-5582

※配食サービス事業者へ直接申込みれた場合は当事業の対象となりません。

※契約にあたり緊急連絡先(ご親族など)を指定していただきます。

■配食サービス事業者一覧■

高齢者のみなさんの健康と安心な生活を支える地域の一員として、一定の要件を満たした配食サービス事業者が登録しています。

五十音順・令和3年(2021年)4月現在

事業者名	メニュー例
宅配クック123 ワン・ツー・スリー	○バランスよく食べたい方向け 普通食 おかずのみ／ごはんセット
ニコニコキッチン 中野北店	○食事制限がある方向け カロリー調整食／塩分調整食／ たんぱく調整食
配食のふれ愛 中野店	○かたいものが食べにくい方向け やわらか食 おかずのみ／ごはんセット
ベネッセのおうちごはん	○飲み込むことが難しい方向け ムース食 おかずのみ／ごはんセット
まごころ弁当 中野杉並店	○揚げ物やお肉も食べたい方向け ボリューム食 おかずのみ／ごはんセット



※詳しいメニューをご希望される方は、下記までご連絡ください。

「中野区 登録配食サービス事業者のご案内」をお届けします。また、中野区のホームページでもご覧になれます。

【資料請求先】

中野区地域支えあい推進部 地域活動推進課 地域支えあい活動支援係

03-3228-8838 / 03-3228-5582

高齢者のみなさんを対象とした地域見守り支えあい事業

配食サービス事業者のみなさんとの連携による

食事支援

と

健康づくり・
介護予防支援

と

見守り

中野区 登録配食サービス事業者のご案内

五十音順

名称
宅配クック123 ワン・ツー・スリー
ニコニコキッチン中野北店
配食のふれ愛
ベネッセのおうちごはん
まごころ弁当中野杉並店



令和3年（2021年）4月

中野区地域支えあい推進部地域活動推進課
地域支えあい活動支援係

店舗名	宅配クック123 ワン・ツー・スリー中野店
店舗連絡先	03-5987-3123
事業社名	株式会社タフィ
配達可能エリア	中野区内全域
配食回数等	昼食・夕食／週7日
実施日	年中無休（1月1日～1月3日を除く）
費用（1食・税込）	<ul style="list-style-type: none"> ●バランスよく食べたい方向け <ul style="list-style-type: none"> 普通食 おかずのみ 540円 ごはんセット 594円 ●カロリー制限がある方向け <ul style="list-style-type: none"> カロリー・塩分調整食 おかずのみ 777円 ごはんセット 820円 ●たんぱく制限がある方向け <ul style="list-style-type: none"> たんぱく・塩分調整食 おかずのみ 777円 ごはんセット 820円 ●透析治療中の方向け <ul style="list-style-type: none"> 透析食 おかずのみ 777円 ごはんセット 820円 ●堅いものが食べにくい・キザミ食は食べにくい方向け <ul style="list-style-type: none"> やわらか食 おかずのみ 777円 ごはんセット 820円 ●噛む力や飲み込む力が弱っている方向け <ul style="list-style-type: none"> ムースセット おかずのみ 777円 ごはんセット 820円 ●体調不良で消化機能が弱っている方向け <ul style="list-style-type: none"> 消化にやさしい食 おかずのみ 777円 ごはんセット 820円 ●食事のボリュームを楽しみたい方向け <ul style="list-style-type: none"> 健康ボリューム食 おかずのみ 606円 ごはんセット 660円 <p>※おかゆ・きざみ食の対応可</p>
配達時間	昼食：午前9時～正午／夕食：午後1時～午後6時
容器	使い捨て容器
支払い方法	毎回現金・振込／月末締め現金・口座振替
その他のサービス	お節介な取組あり ※無料

*くわしくは、申込み後に事業者から電話が入った際にご確認ください。



店舗名	ニコニコキッチン 中野北店
店舗連絡先	03-5987-2520
事業社名	株式会社愛創コラボレーション
配達可能エリア	中野区内全域
配食回数等	昼食・夕食／週7日
実施日	年中無休(1月1日～1月3日を除く)
費用(1食・税込)	<p>●カロリーやたんぱく質の制限が必要な方 栄養管理サポート食 おかずのみ 756円 ごはんセット 820円 ・たんぱく調整食 ・カロリー調整食</p> <p>●「噛む力」や「飲み込む力」が弱くなった方 介護サポート食 おかずのみ 756円 ごはんセット 820円 ・やわらか食 ・ムース食</p> <p>●栄養価が気になる方・たくさん食べられない方 ヘルシーメニュー おかずのみ 691円 ごはんセット 756円</p> <p>●揚げ物やお肉もしっかり食べられる方 元気メニュー おかずのみ 756円 ごはんセット 820円</p> <p>※おかずのきざみ:「粗きざみ」から「ペースト」まで4段階で対応 ※ごはんの固さ:固め・柔らかめ・おかゆ・ペーストの4段階で対応 ※上記のメニューのほか、朝食セット(パン・ヨーグルト・乳酸飲料・チーズ)280円、各種お惣菜(100円から)あり</p>
配達時間	昼食:午前9時～正午 夕食:午後2時30分～午後5時30分
容器	基本は回収容器 *使い捨て容器も可
支払い方法	毎回現金／週払い現金／月末締め現金・振込
その他のサービス	買い物代行サービスあり *別途申込み・有料(買物金額の10%)

*くわしくは、申込み後に事業者から電話が入った際にご確認ください。



店舗名	配食のふれ愛 中野店
店舗連絡先	03-5318-5218
事業社名	株式会社シルバーライフ
配達可能エリア	中野区内全域
配食回数等	昼食・夕食／週6日(日曜日休み)
実施日	日曜日休み(1月1日～1月3日を除く)
費用(1食・税込)	<p>●一般の高齢者向け</p> <p>普通食 おかずのみ 486円 ごはんセット 540円</p> <p>●美味しさはそのまま低カロリー・低塩分を希望する方向け</p> <p>小町(こまち) おかずとごはんセット 345円</p> <p>●カロリー調整や塩分計算が必要な方向け</p> <p>カロリー調整食 おかずのみ 648円 ごはんセット 702円</p> <p>●たんぱく質の摂取量に注意が必要な方向け</p> <p>たんぱく調整食 おかずのみ 756円 ごはんセット 810円 たんぱく調整ごはんセット864円</p> <p>●噛むことや飲み込むことが難しい方向け</p> <p>ムース食 おかずのみ 583円 ごはんセット 637円</p> <p>※アレルギー対応、おかゆ・きざみ食対応可</p>
配達時間	<p>昼食:午前9時～午後0時30分</p> <p>夕食:午後2時～午後8時30分</p>
容器	使い捨て容器
支払い方法	毎回現金／振込／月末まとめ払い／口座振替
その他のサービス	

*くわしくは、申込み後に事業者から電話が入った際にご確認ください。



店舗名	ベネッセのおうちごはん
店舗連絡先	0120-586-112
事業社名	株式会社ベネッセパレット
配達可能エリア	中野区内全域
配食回数等	夕食／週7日
実施日	年中無休
費用(1食・税込)	●普通食 まいにち七菜 おかずのみ 590円 ごはんセット 620円 こだわり八菜 おかずのみ 720円
配達時間	夕食:午前10時～午後5時
容器	基本は回収容器
支払い方法	月末締め現金／月末締め郵便振込・口座振替
その他のサービス	

*くわしくは、申込み後に事業者から電話が入った際にご確認ください。



店舗名	まごころ弁当 中野杉並店
店舗連絡先	03-5356-8930
事業社名	株式会社ジェントレ
配達可能エリア	中野区内全域
配食回数等	昼食・夕食／週7日
実施日	年中無休(1月1日～1月3日を除く)
費用(1食・税込)	<ul style="list-style-type: none"> ●低カロリー・低塩分のお弁当 まごころ小町 ごはんセット 430円 ●高齢者向けの栄養バランスと食べやすさを 普通食 おかずのみ 515円 ごはんセット 600円 ●カロリー計算が必要な方向け カロリー調整食 おかずのみ 775円 ごはんセット 825円 ●たんぱく質の摂取計算が必要な方向け たんぱく調整食 おかずのみ 825円 ごはんセット 877円 低たんぱくご飯セット 930円 ●食べ物を噛むことや飲み込むことが難しい方向け ムース食 おかずのみ 651円 ごはんセット 705円 ※アレルギー食・きざみ食・お粥の対応可
配達時間	昼食:午前9時～正午／夕食:午後2時～午後6時
容器	基本は回収容器 *使い捨て容器も可
支払い方法	毎回現金／毎回振込／月末締め現金／月末締め口座振替
その他のサービス	

*くわしくは、申込み後に事業者から電話が入った際にご確認ください。



【申込み・問合せ】

中野区地域支えあい推進部 地域活動推進課 地域支えあい活動支援係
03-3228-8838 / 03-3228-5582