



宅配クック ワン・ツウ・スリー 高齢者向け宅配弁当サービス

状況に合わせて、豊富な弁当をご提供します。

お食事の悩みを
お持ちの皆さまを
毎日のお弁当で
サポートします。



株式会社
シニアライフクリエイト
SENIOR LIFE CREATE

ご注文はお電話で簡単! 前日の夕方までにお申し込みください。

1

まず、お名前・ご住所・お電話番号をお伝えください。



2

お弁当の種類をお伝えください。

普通食

健康ボリューム食

カロリー・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

朝食

3

ごはんの有無をご指定ください。



ごはんつき

または

おかずのみ

をお選びください。

4

朝食・昼食・夕食をご指定ください。

昼食のみ

夕食のみ

朝食と昼食

朝食と夕食

昼食と夕食

朝食と昼食と夕食

のいずれかをお選びください。

※朝食のみは承っておりません。

5

食物アレルギーの有無をお伝えください。

緊急のご連絡先がありましたらお伝えください。

6

お届け日をご指定ください。

毎日

または

指定の日

をご指定ください。

(日にちや、曜日でも指定いただけます。)

7

お支払い方法は

① 毎回現金払い

② 月に1回または2回の現金まとめ払い

③ 月に1回の振り込み払い

などがございます。

詳しくは店舗にお問い合わせください。



お客様相談室

献立やサービス、安否確認などお客様のご相談や質問にお答えしています。
なお、詳しくはお客様担当のお店におたずねください。

詳しくは下記店舗までご相談ください。



平塚西店

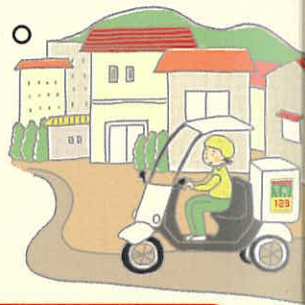
〒254-0065 平塚市南原1-20-25

TEL.0463-35-3221

FAX.0463-35-3221

すべては、ご高齢者とその家族のために。
真心こめて作り、お届けしています。

向こう三軒両隣のちょっとお節介な弁当屋です。



宅配クック123の『3つのこだわり』

「すべてはご高齢者のために」



1 **ワン** 栄養の偏りを防ぎ、
バランスの良い献立を
作成しています。



2 **ツツ** 「お客様に会いに行く」
の気持ちで、お弁当は
手渡しが原則です。



3 **スー** お食事にお困りの
方々を放っておくことは
できません。

お食事は毎日のことだから
おいしく、楽しく、安全に。

- ① 栄養バランスに配慮した献立
- ② 味つけはもちろんやわらかさや
大きさにも配慮して食べやすく
- ③ 月に一度の特別なお楽しみ『行事食』
※行事食のお届け日は店舗にご確認ください。

行事食例



手渡し「会いに行く」ことで
安否確認をしています。

- ① 配達時にお声かけ
- ② 緊急時にはご家族様、
ケアマネジャーに連絡



高齢者専門だから
しっかりサポートいたします。

- ① 土・日曜日でも祝日もお届け
- ② 前日18時まで
ご注文の変更が可能
- ③ 必要な時に1食からのご注文もOK
- ④ きざみ、おかゆも無料で対応



宅配クック123の『5つのお節介』

「すべてはご高齢者のために」

認知症の方への理解

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」との想いで、地域ごとに「認知症サポーター養成講座」を順次受講。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。



認知症の方への理解

認知症予防
「ミッケルアート」

昔懐かしい生活シーンを描いたミッケルアートは、ご高齢者の「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。お弁当と一緒に手渡しし、お客様から「昔話」や「思い出話」をお聞きしています。



楽しみの提供

誰かに話したくなる
特別メニュー「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。

お届け例



生産者の分かる安心・安全で新鮮な国産鰻を使用した「うな丼」

楽しみの提供

会報誌「あはは」



口腔ケア

ごぼう先生の
「健康体操」DVD



おいしく食事をするための「簡単」体操DVD。

お食事はご高齢者のみなさまの楽

普通食

健康に配慮し毎日のお食事を
楽しみたい方へ

管理栄養士がご高齢者の健康寿命を考慮して作成した和食中心の日替りメニューです。魚などは安全を考慮して極力骨を取り、食材もやわらかく食べやすい大きさです。

※骨まで食べられるように加工してある商品もございます。

おかずのみ

540円(税込)
500円(税抜)

おかず+ごはん

594円(税込)
550円(税抜)

栄養価例	おかず	おかず+ごはん
エネルギー	207kcal	493kcal
食塩相当量	2.1g	2.1g

【1ヵ月の平均値】

※ごはんは170gです。

お煮メ

お届け例



春夏秋冬の季節に応じて、容器が変わるのも“お楽しみ”のひとつ。



お弁当容器にも、こだわりがあります。



容器のなだらかな角度がスプーンで楽にすくえる設計になっています。

握力の弱い方でも、少しの力でフタが開けられるよう、つまみ部分を大きくしています。



最後まで
しっかり
食べられる

月に一度の“お楽しみ”

行事食

旬の味と季節の行事などを楽しむ、月に一度の特別なお弁当です。

春の天ぷら弁当

お届け例



※行事食のお届け日は店舗にご確認ください。

丼物

和風・中華風などバラエティ豊富です。

カレー丼

お届け例



※丼物は一部取扱いのない店舗がございます。

健康ボリューム食

活動的でしっかりとお食事を
楽しみたい方へ

豚肉炙り焼き

お届け例



カレーの唐揚げ&エビチリソース

お届け例



おかずのみ

606円(税込)
562円(税抜)

おかず+ごはん

660円(税込)
612円(税抜)

栄養価例	おかず	おかず+ごはん
エネルギー	324kcal	660kcal
食塩相当量	3.0g	3.0g

【1ヵ月の平均値】

※ごはんは200gです。

しみのひとつです。健康寿命を考えた



病気療養中など栄養価の調整が必要な方へ

さまざまな症状により、ご自宅での食事に注意が必要な方のためにおすすめのメニューです。

医師または管理栄養士の指導のもと、ご利用ください。

※特別用途食品ではございません。

おかずのみ

777 (税込)
720円 (税抜)

おかず+ごはん

820 (税込)
760円 (税抜)

カロリー・
塩分調整食

たんぱく・
塩分調整食

透析食

カロリー・塩分調整食

エネルギーや塩分の調整が必要な方へ

赤魚と豆腐の寄せ煮

お届け例



※栄養基準は右の表にてご確認ください。

たんぱく・塩分調整食

たんぱく質や塩分の調整が必要な方へ

ハンバーグデミソース

お届け例



※栄養基準は右の表にてご確認ください。

透析食

透析治療中の方へ

治療を目的とした商品ではございません

さんまの塩焼き

お届け例



※栄養基準は右の表にてご確認ください。

消化にやさしい食

食材や調理方法を工夫し
胃や腸に負担の少ないお食事を作りました。

こんな方におすすめ

- 体調不良で消化機能が弱っている方
- 消化器系の手術後自宅療養の方
- 消化器官に不調のある方 など

医師または管理栄養士にご相談ください。

ゆで豚の和風ソース

お届け例



おかずのみ

777 (税込)
720円 (税抜)

おかず+ごはん

820 (税込)
760円 (税抜)

※栄養基準は右の表にてご確認ください。

朝食

1日の始まりの朝にもしっかり食事をとりたい方へ

※昼食・夕食ご利用の方が対象のサービスとなります。

パンセット

275 (税込)
255円 (税抜)

クロワッサン
セット

216 (税込)
200円 (税抜)

おじやセット

313 (税込)
290円 (税抜)

セットの
飲み物は
選べます



アイソカル ジェリーHC

食事にプラスワンで
簡単手軽に
エネルギーアップ。

手軽に150kcal
摂取したい方へ

ゼリー単品

129 (税込)
120円 (税抜)

「普通食」セット

723 (税込)
670円 (税抜)

栄養価例

エネルギー

150kcal/1個(66g)

※朝食・アイソカルジェリーHCは昼食、夕食とご一緒にお持ちいたしますので、単品でのご注文はご遠慮ください。

お弁当を私たちはお届けしています。

スマイル ケア食



「スマイルケア食」は農林水産省が策定した新しい介護食品の愛称です。

噛む力・飲み込む力が弱り、 通常の食事が困難な方へ

歯茎や舌で難なくつぶせるやわらかさです。スプーンですくいやすい容器も使っています。

医師または管理栄養士の指導のもと、ご利用ください。

※特別用途食品ではございません。

やわらか食

特別用途食品
(えん下困難者用食品)
ではございません。

入歯・義歯等により、きざみ食が食べにくい方へ

カツ煮

お届け例



おかずのみ

777 (税込)
円
720円 (税抜)

おかず+おかゆ

820 (税込)
円
760円 (税抜)

※栄養基準は下の表
にてご確認ください。

ムースセット食

特別用途食品
(えん下困難者用食品)
ではございません。

噛む力、飲み込む力が弱っている方向け

チキンのトマトソース煮

お届け例



おかずのみ

777 (税込)
円
720円 (税抜)

おかず+おかゆ

820 (税込)
円
760円 (税抜)

※栄養基準は下の表
にてご確認ください。

宅配クック123 栄養価実績 (2016年11月~2017年1月の実績値)

「おかずのみ」栄養価実績	普通食	健康 ボリューム食	カロリー・ 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
	エネルギー (kcal)	145~302	276~439	229~252	284~343	229~252	140~292	131~227
たんぱく質 (g)	4.2~17.6	7.6~28.7	14.4~17.4	10.0以下	14.4~17.4	—	—	—
脂質 (g)	—	—	11.7~14.2	—	—	—	—	—
炭水化物 (g)	—	—	13.3~16.2	—	—	—	—	—
ナトリウム (mg)	1180以下	—	767以下	767以下	767以下	767以下	1180以下	765以下
カリウム (mg)	—	—	—	550以下	665以下	—	—	—
リン (mg)	—	—	—	230以下	300以下	—	—	—
食塩相当量 (g)	3.0以下	3.0以下 (1ヵ月平均)	2.0未満	2.0未満	2.0未満	2.0未満	3.0以下	2.0未満

「おかず+ごはん」栄養価実績	普通食	健康 ボリューム食	カロリー・ 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
		ご飯の量 170g	ご飯の量 200g	ご飯の量 170g	ご飯の量 170g	ご飯の量 220g	ご飯の量 170g	おかゆの量 250g
エネルギー (kcal)	431~588	612~775	515~538	570~629	599~622	426~478	309~405	378~399
たんぱく質 (g)	8.5~21.9	12.6~33.7	18.7~21.7	14.3以下	19.9~22.9	—	—	—
脂質 (g)	—	—	12.2~14.7	—	—	—	—	—
炭水化物 (g)	—	—	74.4~79.3	—	—	—	—	—
ナトリウム (mg)	1180以下	—	767以下	767以下	767以下	767以下	1180以下	765以下
カリウム (mg)	—	—	—	550以下	665以下	—	—	—
リン (mg)	—	—	—	230以下	300以下	—	—	—
食塩相当量 (g)	3.0以下	3.0以下 (1ヵ月平均)	2.0未満	2.0未満	2.0未満	2.0未満	3.0以下	2.0未満

【記載の値は目安であり、個々のメニューの値はメニュー表等でご確認ください。】