

所沢市

高齢者配食サービス



◆ 利用できる方

所沢市内にお住まいの**65歳以上**の方
(要介護認定は不要です)

◆ 利用方法

まずは**地域包括支援センター**（裏面参照）に
ご相談ください



相談

- お住まいの地区の**地域包括支援センター**にご相談ください。
- 食事内容、配食時間、事業者選びのアドバイスのほか、ご体調や生活状況等のご相談を承ります。

選択

- ご自身の希望にあった事業者を選び、お電話でご所沢市指定配食事業者として連絡ください。
- 状況により、地域包括支援センターも連絡をお手伝いできます。
- このリーフレット掲載の事業者は、「**トコロみまもりネット**」に加入しています。配食と併せて見守り・安否確認をします。

契約

- 連絡を受けた事業者がご自宅を訪問して、サービス内容・料金・配達方法等をご説明します。
ご検討・ご納得の上で契約締結をしてください。

利用開始

- 契約内容に沿った配食サービスが開始されます。
- 契約した支払方法のとおり事業者へ利用料をお支払いください。
- サービスの変更等は、適宜ご契約の事業者へお問合せください。



ご利用者様（ご本人様・ご家族含む）と配食事業者でよくご相談し、ご利用者様が**ご納得の上**で契約を締結してください。



地域包括支援センターとは？

高齢者の方が、住み慣れた地域で安心して暮らすことができるように、ご本人とそのご家族を支えるために設置されている**総合相談窓口**です。

地域包括支援センターでは、主任ケアマネージャー（介護支援専門員）・保健師・社会福祉士が連携を取りながら活動しています。



トコロみまもりネットとは？

高齢者の方が、住み慣れた地域で安心して暮らすことができるように、地域住民・協力機関・協力事業所で作る**ネットワーク**です。

普段の生活や事業活動の中で、高齢者の方にさりげない見守り・声かけを行い、ご様子に何か気掛かりなことがあれば、地域包括支援センターや高齢者支援課などに連絡し、必要な支援に繋げていくしくみです。



地域包括支援センター



トコロみまもりネット





所沢市の
ホームページは
こちら





地域包括支援センター 一覧


センター名称	センター所在地 (関連施設等)	電話番号 (FAX番号)	担当地区 (一部番地によって異なる場合があります)
所 沢 地域包括支援センター	御幸町1-16-207 所沢スカライズタワー	2926-4426 (2926-4422)	日吉町・東町・旭町・御幸町・寿町・ 元町・金山町・有楽町・北有楽町・ 喜多町・宮本町・西所沢・星の宮・ くすのき台1丁目～2丁目
松 井 東 地域包括支援センター	下安松963-4	2951-5500 (2941-2221)	松郷・下安松・東所沢和田
松 井 西 地域包括支援センター	上安松1283-4	2994-1615 (2937-7300)	西新井町・東新井町・牛沼・上安松・ くすのき台の一部
柳 瀬 地域包括支援センター	坂之下941-3 特別養護老人ホーム 東所沢みどりの郷内	2951-8887 (2945-6878)	坂之下・城・本郷・日比田・亀ヶ谷・ 新郷・南永井・東所沢
富 岡 地域包括支援センター	中富1617 介護老人保健施設 さんとめ内	2942-0067 (2942-3588)	中富・下富・神米金・北岩岡・北中・ 岩岡町・所沢新町・中富南
新 所 沢 地域包括支援センター	緑町3-12-17	2937-7105 (2937-7106)	緑町・泉町・向陽町・青葉台・榎町・ けやき台
新 所 沢 東 地域包括支援センター	松葉町11-1 マルハビル5階	2968-8899 (2968-7789)	弥生町・美原町・北所沢町・花園・ 松葉町・並木4丁目
三ヶ島第1 地域包括支援センター	三ヶ島5-551 ケアハウス所沢けやき内	2947-2837 (2949-5301)	三ヶ島・糞谷・堀之内・林・和ヶ原・ 西狭山ヶ丘
三ヶ島第2 地域包括支援センター	東狭山ヶ丘6-2835-2 特別養護老人ホーム 康寿園内	2926-7800 (2946-8050)	東狭山ヶ丘・狭山ヶ丘・若狭
小 手 指 第 1 地域包括支援センター	北野3-1-18 特別養護老人ホーム ロイヤルの園内	2947-1211 (2947-1223)	上新井・小手指元町・小手指南・ 小手指台・北野・北野南・北野新町・ 小手指町5丁目
小 手 指 第 2 地域包括支援センター	小手指町2-12-7 セイザン小手指1階	2968-3311 (2968-3319)	小手指町1丁目～4丁目
山 口 地域包括支援センター	山口2702-1 シャトル富喜101	2928-7525 (2928-7526)	山口・上山口
吾 妻 地域包括支援センター	久米1538-9	2929-6965 (2925-6600)	北秋津・東住吉・西住吉・南住吉・ 久米・荒幡・松が丘・くすのき台3丁目
並 木 地域包括支援センター	中新井3-20-35-107	2943-7333 (2943-8558)	こぶし町・若松町・下新井・中新井・ 並木(4丁目以外)・北原町

A ライフデリ		種類	料金(税込)	カロリー	塩分	
住所	所沢市和ヶ原 1-185-105	普通食	1食	620円	500 ~ 600 kcal	3 g以下
			おかずのみ	570円	250 kcal	
電話	0120-900-967	カロリー調整食	1食	815円	400 ~ 500 kcal	3 g以下
			おかずのみ	760円	220 ~ 320 kcal	
FAX	04-2946-9699	ムース食	1食	715円	400 ~ 500 kcal	3 g以下
			おかずのみ	660円	200 ~ 300 kcal	
受付時間	8:30~18:00 (休業日:年始)	透析食	1食	900円	500 ~ 600 kcal	2 g以下
			おかずのみ	845円	250 ~ 350 kcal	
腎臓食	1食	900円	500 ~ 600 kcal	2 g以下		
		おかずのみ	845円		250 ~ 350 kcal	
注文	前日 18:00まで	その他の種類と対応		普通食の見本		
変更キャンセル	前日 18:00まで	◆ 温かさ	常温食			
		◆ 容器	返却			
配達	朝 昼 夕	◆ 注文 (普通食)	週1回・1食から注文可 最大2食(昼・夜)			
		◆ 注文 (調整食)	週1回・1食から注文可 最大3食 朝食は冷蔵食で、前日の夕食と同時にお届け			
支払方法	(1)現金 (月極めまたは当日) (2)振込み (3)その他	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 美味しいお食事でもトータル的な栄養管理が可能になります。 ◆ 安心安全を第一に、野菜の85%以上は国産野菜を使用し、契約農家から買取りしています。 ◆ 日替りメニューで、おかずの種類は700種以上、飽きのこないお弁当です。 ◆ 品質は落とさずコストを下げて、所沢市内業界最安クラスを実現しました。(※当社比) ◆ 禁食対応は無料で承ります。お気軽にお問合せください。 				

B 宅配クック ワン・ツウ・スリー		種類	料金(税込)	たんぱく質	カロリー	塩分	
住所	所沢市泉町1855-14	普通食	1食	685円	16.0 ~ 24.0 g	520 kcal	3 g以下
			おかず	577円	11.7 ~ 19.7 g	160 ~ 270 kcal	
電話	04-2903-2070	健康 ボリューム食	1食	788円	16.0 ~ 35.0 g	700 kcal	3 g以下
			おかず	680円	11.0 ~ 30.0 g	360 kcal	
FAX	04-2936-7078	その他の種類と対応		普通食の見本			
		◆ 温かさ	常温食				
◆ 容器	使い捨て						
◆ 調理	刻み食・お粥・アレルギー対応可						
◆ ご飯の量	通常 170 g お粥 170 g 透析食 170 g						
受付時間	9:00~17:00 (休業日:1/1~1/3)	◆ その他のお弁当の種類 (1食885円 おかずのみ 777円)					
注文	前日 12:00まで	カロリー・塩分調整食(糖尿病の方向け)					
変更キャンセル	前日 12:00まで	たんぱく・塩分調整食(腎臓病の方向け)					
		透析食(透析治療中の方向け)					
配達	朝 昼 夕	消化にやさしい食					
		ムースセット食(嚥下困難な方向け)					
支払方法	(1)現金 (月極めまたは当日) (2)振込み (3)その他	やわらか食(咀嚼困難な方向け)					
		<ul style="list-style-type: none"> ◆ 高齢者向けの大きさ・硬さです。 ◆ ダンを使用しているため、1食3g以下の塩分でもしっかりした味付けになっています。 ◆ 管理栄養士がカロリーと栄養のバランスを考えたメニューです。(日替り) ◆ たんぱく質が1食あたり平均20g摂取できる献立で、虚弱予防のお食事としてもおすすめです。 ◆ 厚生労働省が策定した【配食ガイドライン】に沿った栄養価です。 					

C 配食のふれ愛		種類	料金(税込)	カロリー	塩分	
住所	所沢市緑町4-44-7 グリーンコーポ102	普通食	1食	690円	460 ~ 580 kcal	3 g以下
			おかずのみ	572円	180 ~ 300 kcal	
電話	04-2968-7850	小町 (ミニ弁当)	1食	560円	300 ~ 450 kcal	3 g以下
FAX	04-2968-7852	普通食(上)	1食	790円	約 500 ~ 620 kcal	4 g以下
			おかずのみ	702円	約 220 ~ 350 kcal	
受付時間	9:00~17:00 (休業日:年末年始)	ムース食	1食	780円	350 ~ 400 kcal	3 g以下
			おかずのみ	680円	150 ~ 200 kcal	
注文	前日 15:00まで	その他の種類と対応		普通食の見本		
		◆ 温かさ	常温食			
◆ 容器	返却 ※使い捨て選択可 (別途容器代がかかります)					
◆ 調理	刻み食・お粥対応可					
◆ 注文	週1回から注文可 キャンセルや追加注文も対応可					
変更 キャンセル	前日 13:00まで	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 『健康でいられる食事』をテーマに、毎日おいしく食べていただけるお弁当を目指しています。 ◆ 栄養バランスも考慮し、コンビニやスーパーでは食べられない家庭の味を大切にします。 ◆ 全て減塩食です。様々なメニューで適切な栄養バランスを摂取できます。 ◆ 和食・洋食・中華など様々な献立を、日替わりでお届けします。 ◆ お届けは原則手渡しですが、それ以外の受渡し方法にも個別に対応しています。ご相談ください。(キーボックス対応、部屋中置き、玄関中置き、玄関置き配、窓から渡す等。) 				
配達	朝 昼 夕 ○ ○ ○					
支払方法	(1)現金支払い (2)振込み (3)口座引落とし ※全て月末締め					

D ワタミの宅食 埼玉所沢営業所		種類 (すべて普通食)	1食あたり (税込)	5日間コース (税込)	1食あたり カロリー	1食あたり 塩分
住所	所沢市中富1141-2	まごころおかず	690円	3,450円	400 kcal	3 g以下
		まごころ手鞠	590円	2,950円	250 kcal	2 g以下
電話	0120-321-510	まごころダブル	790円	3,950円	500 kcal	4 g以下
FAX	なし	まごころ御膳	710円	3,550円	500 kcal	2.5 g以下
受付時間	9:00~18:00 (休業日: 12/31~1/3)	まごころ小箱	620円	3,100円	350 kcal	2 g以下
		まごころ小箱(小)	470円	2,350円	250 kcal	1.5 g以下
注文	前週水曜日まで	その他の種類と対応		「まごころおかず」の見本		
		◆ 温かさ	冷蔵 ※電子レンジで温めて召し上がってください			
◆ 容器	返却					
◆ 注文	週単位					
◆ カロリーの基準値は、5日間コースの平均値で±50 kcalの範囲としています。						
変更 キャンセル	お届け日2日前の 17:00まで	◆ 栄養成分値は献立作成時の計算値です。 目安の数値としてお考えください。				
配達	朝 昼 夕 ○ ○ ○	<ul style="list-style-type: none"> ◆ バランスのとれた日替わりのお食事をご自宅までお届けします。 ◆ 管理栄養士が週単位で献立を設計しています。 ◆ 「5日間コース」は土日祝日はお休みです。 ◆ 「7日間コース」は土日祝日もお届けします。 ◆ 「曜日を選べるコース」は、5日間コースの1食あたり+40円で週1日からお好きな曜日をお選びいただけます。 ◆ 上記以外のお弁当・お惣菜、冷凍・常温精進なども取り扱っております。 				
支払方法	(1)現金前払い (水曜日に翌週分を 集金) (2)口座振替 (3)クレジットカード (ホームページから のみ)	詳しくはお問い合わせください。				

E まごころ弁当		種類	料金(税込)	カロリー	塩分	
住所	所沢市和ヶ原1-46-8	普通食	1食	650円	460 ~ 580 kcal	3 g以下
			おかずのみ	540円	180 ~ 300 kcal	
電話	04-2946-7712	普通食少なめ(小町)	1食	450円	300 ~ 450 kcal	3 g以下
FAX	04-2946-7714	カロリー調整食	1食	822円	530 kcal	2.2 g以下
			おかずのみ	772円	250 kcal	
受付時間	9:00~17:00 (休業日：年始)	低たんぱく食	1食	874円	560 kcal 前後	1.9 g以下
			おかずのみ	822円	280 kcal 前後	
注文	前日 17:00まで	ムース食	1食	702円	350 ~ 400 kcal	3 g以下
			おかずのみ	648円	150 ~ 200 kcal	
変更キャンセル	前日 17:00まで	その他の種類と対応		普通食の見本		
		◆ 温かさ	常温食			
◆ 容器	使い捨て					
◆ 調理	刻み食、ムース食、お粥など アレルギー対応可					
◆ 低たんぱく食	リン 210 mg以下 カリウム 533 mg以下 たんぱく質 9g以下					
配達	朝 昼 夕	○ ○ ○				
支払方法	(1)現金 (月極めまたは当日) (2)振込み (3)その他	◆ まごころ弁当のおいしさの秘密「5つのこだわり」 ・安心・安全にこだわった厳選した旬の原材料にこだわりました。 ・高齢者向けに、ある程度の歯ごたえを楽しめるよう食べやすく調理しています。 ・栄養士が栄養バランスのとれた日替わり献立を考えて提供しています。 ・毎月5~10品程度新メニューを入れ、季節に合わせたメニューを考えています。 ・個別対応にも無料で対応しています。				

- チルド食・冷凍食等、お弁当によっては電子レンジを使用して温める必要があります。
- 各種調整食等は「食事療法用宅配食品等栄養指針」に基づいていますが、ご利用の際はかかりつけ医にご相談ください。

- ※ 年末年始の休業については、各事業者にお問合せください。
- ※ お弁当の値段・その他の情報は、令和8年1月時点のものです。
- ※ 見本写真はイメージです。