

地域で支える「高齢者配食サービス事業」－1－

食べることは、生活していくうえでとても重要です。しかし、高齢化が進む中、ひとり暮らしの高齢者や高齢者のみの世帯においては、調理や買物などが困難になった場合、在宅で安心して暮らすことができなくなってしまいます。

そこで、市内の飲食店の皆さんにご協力をいただき、平成11年から「高齢者配食サービス事業」を社会福祉協議会に委託してスタートさせました。現在では10店の飲食店が、社会福祉協議会の配食サービス協力会員に登録しています。この事業の特色は、それぞれのお店が用意する15種類のメニューから、好きなメニューを選んで注文できる「毎日型メニュー方式」で、事業開始当時から引き継がれています。それぞれのお店が食事を配達しながら行う安否確認が重要な役割を果たすとともに、地域での「支えあい」が芽生えています。

今回からシリーズで、配食サービスメニューを紹介しながら、高齢者の食事に関する栄養ワンポイントアドバイスを掲載します。

【対象者】

- ①市内の65歳以上のひとり暮らしの方
- ②市内の65歳以上の高齢者のみの世帯の方

【費用】

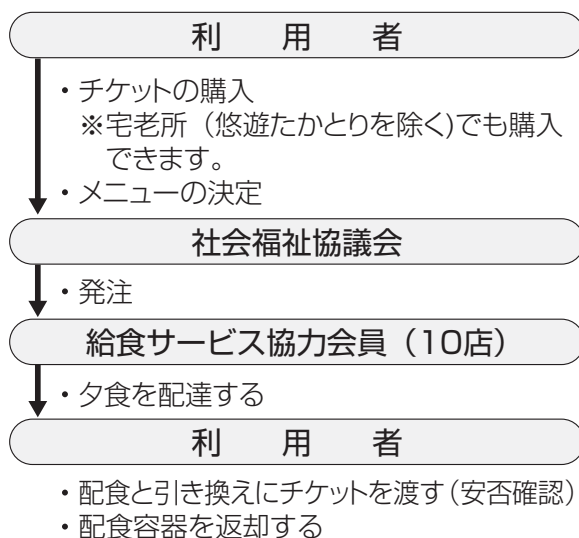
- 1食500円のうち、下記の自己負担が必要です。
- ・調理や買物などが困難で、配食サービスを必要とする方（300円）
 - ・配食サービスによる定期的な安否確認を必要とする方（400円）

【配食サービスを利用するには】

- ①申請
(申請先：保健福祉グループ)
平日午前8時30分～午後7時（土日祝は午前8時30分～午後5時）に申請してください。
 - ②アセスメント
(訪問して身体状況などをお聞きします)
 - ③利用回数などを審査・決定します。
 - ④配食サービスの開始
(社会福祉協議会でチケットを購入し、メニューを注文します)
- ※お届けするのは夕食のみです。



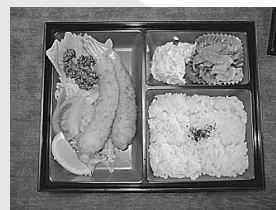
【配食サービスの仕組み】



配食メニュー紹介【えびフライ弁当】

平安食堂（二池町）

保健師からの ワンポイントアドバイス



えびには、血中のコレステロールを下げ、動脈硬化などの生活習慣病の予防に効果のある“タウリン”が豊富に含まれています。えびは健康、長寿の縁起のいい食べものです。腰が曲がるまで長生きしましょう。

Q.お弁当作りで気を付けていることはありますか？

A. えびフライは冷めてもおいしく食べられるよう、衣を工夫しています。高齢の方にバランスよく栄養をとっていただけるよう、野菜や煮物を付け合せにしています。

問合せ先 いきいき広場内保健福祉グループ ☎52-9871