

所沢市高齢者配食サービス

配食サービスは一人ひとりにあった栄養バランスの良い食事をお届けするサービスです。ご自宅に伺い、直接食事をお届けするため、安否確認も併せて行うことができます。所沢市指定配食事業者は「**トコロみまもりネット**」に加入しています。



※上記の二次元バーコードから、市ホームページをご覧ください。

【利用できる方】

◇ 要介護認定に関係なく、所沢市内にお住いの**65歳以上**の方

【利用方法】

◇ まずは、地域包括支援センターへ

お住いの地区担当の地域包括支援センター（P6参照）にお電話ください。配食サービス（食事内容や配食時間等）についてのご相談をお受けします。

◇ 配食サービスの利用

契約する事業者（指定配食事業者）を選ぶのは、ご利用者です。食事内容・配食時間等について、利用者（家族）の皆様と事業者（指定配食事業者）でご相談していただき、契約により決定します。（詳しくはP5を参照）

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には、

主任ケアマネジャー（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。



所沢市高齢者配食サービス指定業者

A まごころ弁当			
住所	所沢市和ヶ原1-46-8		
でんわ	2946-7712		
FAX	2946-7714		
受付時間	午前9時～午後5時		
注文	前日 午後5時まで		
変更 キャンセル	前日 午後5時まで		
休業日	年始		
配達	朝	昼	夕
		○	○
支払方法	(1)現金 (月極め又は当日) (2)振り込み (3)口座引き落とし		

種類		料金(税込)	カロリー	塩分
普通食	1食	600円	460～580 kcal	3g以下
	おかず	512円	180～300 kcal	3g以下
普通食少なめ (小町)	1食	450円	300～450 kcal	3g以下
カロリー調整食	1食	822円	530 kcal	2.2g以下
	おかず	772円	250 kcal	2.2g以下
低たんぱく食	1食	874円	560 kcal 前後	1.9g以下
	おかず	822円	280 kcal 前後	
ムース食	1食	702円	350～400 kcal	3g以下
	おかず	648円	150～200 kcal	3g以下

その他の種類と対応	
◆温かさ	常温食
◆容器	返却
◆調理	きざみ、ムース、お粥など
◆低たんぱく食	リン 210mg以下
	カリウム 533mg以下
	たんぱく質 9g以下
◆アレルギー	対応可



【特色】まごころ弁当の美味しさの秘密「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。

B ライフテリ			
住所	所沢市和ヶ原1-185-105		
でんわ	0120-900-967		
FAX	04-2946-9699		
受付時間	午前8時半～午後6時		
注文	前日 午後6時まで		
変更 キャンセル	前日 午後6時まで		
休業日	年始		
配達	朝	昼	夕
		○	○
支払方法	(1)現金 (月極め又は当日) (2)振り込み (3)口座引き落とし		

種類		料金(税込)	カロリー	塩分
普通食	1食	620円	500～600 kca	3g以下
	おかず	570円	250 kca	3g以下
カロリー調整食	1食	815円	400～500 kca	3g以下
	おかず	760円	220～320 kca	3g以下
ムース食	1食	715円	400～500 kca	3g以下
	おかず	660円	200～300 kca	3g以下
透析食	1食	900円	500～600 kca	2g以下
	おかず	845円	250～350 kca	2g以下
腎臓食	1食	900円	500～600 kca	2g以下
	おかず	845円	250～350 kca	2g以下

その他の種類と対応	
◆温かさ	常温食
◆容器	返却
◆普通食	1食から注文可
	最大2食(昼・夜)
◆調整食	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届け



【特色】

- ◆美味しいお食事で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い取りしています。
- ◆日替わりメニューで、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所沢市内業界最安クラスを実現しました。(※当社比)
- ◆週1回・1食からご注文可能です。
- ◆禁食対応は無料で対応しています、お気軽にお問い合わせください。

C			
宅配クック ワン・ツウ・スリー			
住所	所沢市泉町1855-14		
でんわ	2903-2070		
FAX	2936-7078		
受付時間	午前9時～午後4時		
注文	前日 午前12時まで		
変更 キャンセル	前日 午前12時まで		
休業日	年始：1日～3日		
配達	朝	昼	夕
		○	○
支払方法	(1)現金 (月極め又は当日) (2)振り込み (3)その他		

種類	料金(税込)	たんぱく質	カロリー	塩分
普通食	1食	16.0~24.0g	520 kcal	3g以下
	おかず	11.7~19.7g	160~270 kcal	3g以下
健康 ボリューム食	1食	16.0~35.0g	700 kcal	3g以下
	おかず	11.0~30.0g	360 kcal	3g以下

その他の種類と対応	
◆温かさ	常温食
◆容器	使い捨て
◆調理	アレルギー・キザミ・お粥
◆ご飯の量	通常(170g)
	お粥(170g)
	透析食(170g)
◆その他のお弁当の種類	
1食 847円 おかずのみ 777円	
カロリー・塩分調整食(糖尿病の方向け)	
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)	
消化にやさしい食	
ムースセット食(嚥下困難な方向け)	
やわらか食(咀嚼困難な方向け)	



【特色】

- ◆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。
(日替わり)
- ◆たんぱく質が1食あたり平均20g摂取できる献立となっており、
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。
(2025年1月の情報を掲載)

D			
配食のふれ愛			
住所	所沢市元町8-16		
でんわ	04-2968-7850		
FAX	04-2968-7852		
受付時間	AM9:00~PM5:00		
注文	お電話にてお申込みください		
配達時間	昼食(8時~12時頃まで) 夕食(12時~16時頃まで)		
休業日	年末年始		
配達	朝	昼	夕
		○	○
支払方法	①月末締め現金支払い (都度払い可) ②お振込 ③口座引き落とし ※全て月末締めです。		

種類	料金(税込)	カロリー	塩分	
普通食	ご飯付き	460~580 kcal	平均2g程度 (3g以下)	
	ご飯無し	550円		180~300 kcal
小町(ミニ弁当)	ご飯付き	520円	300~450kcal	
普通食(上)	ご飯付き	766円	約500~620 kcal	4g以下
	ご飯無し	702円	約220~350 kcal	
たんぱく調整食	ご飯付き	950円	約550 kcal	2g以下
	ご飯無し	820円	約300 kcal	
ムース食	お粥付き	780円	350~400 kcal	3g以下
	お粥無し	680円	150~200 kcal	

その他の種類と対応	
◆温かさ	常温食
◆容器	返却
◆調理	刻み食・お粥も対応可能
◆電子レンジ対応容器	
◆使い捨て容器もあり(別途容器代)	
◆お届けは原則手渡しですが、 常時置き配等もOKです。	



【特色】

『健康でいられる食事』をテーマに毎日美味しく食べて頂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。
★週に1回からご注文が可能です。キャンセルや追加注文も対応可。
★減塩・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毎日日替りでお届けします。
★その他、お弁当の受け渡し方(手渡し以外)など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。)

※年末年始の休業については、各事業者にお問い合わせください。
※お弁当の値段は令和7年3月時点のものです。

※写真はイメージです。

E 武蔵野フーズ			
住所	朝霞市浜崎3-17-9 3階		
でんわ	0120-016-113		
FAX	048-470-1188		
受付時間	午前9時～午後5時 日曜日・年末年始は休み		
注文	3日前 午後5時まで		
配達	1日1回		
休業日	日曜日・年末年始 調整食のセットは無休		
配達	朝	昼	夕
	○	○	○
支払方法	(1)口座引き落とし (2)コンビニ払い		

種類	料金(税込)	カロリー	塩分
普通食 おかずのみ	2食おかず 1,640円	390 kcal	3g
エネルギー調整食 (朝・昼・夕)	2食おかず 1,640円	250 kcal	2g
たんぱく調整食 (朝・昼・夕)	2食おかず 1,640円	280 kcal	2g

その他の種類と対応	
◆温かさ	チルド食(冷蔵)
◆容器	使い捨て ※普通食おかずのみ返却
◆消費期限	翌日14時
◆冷凍おかずセット	
エネルギー調整食	7食セット(5,193円)
たんぱく調整食	7食セット(5,193円)
やわらか食	7食セット(5,193円)



【特色】

- ◆他品目のバランスのとれた栄養管理士監修の日替わりおかずです。
- ◆消費期限はお届け日の翌日14時までです。朝昼夕など複数必要な方におすすめです。魚、肉、色々メニューの3種類よりお選びいただけます。おせち、うどん、そば、パスタ、御膳など季節メニューもございます。
- ◆ご不在時用の保冷ボックス無料お貸出し、自社配送員の見守りサービス無料です。
- ◆お召し上がる直前に温めてください。常時温かいお食事が安心して召し上がれます。
- ◆毎日でも月1回でも、ご都合に合わせてお届けいたします。

F ワタミの宅食 埼玉所沢営業所			
住所	所沢市中富1141-2		
でんわ	0120-321-510		
受付時間	午前9時～午後6時		
注文	前週水曜日まで		
配達	翌週から		
休業日	12/31～1/3		
配達	朝	昼	夕
			○
支払方法	1日1回お届けします。 ◆担当の「まごころスタッフ」が手渡しを基本にお届けします。 ◆留守がちな方には、鍵付き安全ボックスを無料で貸し出しいたします。 ◆昼食ご希望は、ご相談ください。		
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)		

普通食	1食あたり	5日間コース	熱量	食塩相当量
まごころおかず	690円	3,450円	400 kcal	3.0g以下
まごころ手鞠	590円	2,950円	250 kcal	2.0g以下
まごころダブル	790円	3,950円	500 kcal	4.0g以下
まごころ御膳	710円	3,550円	500 kcal	2.5g以下
まごころ小箱	620円	3,100円	350 kcal	2.0g以下
まごころ小箱(小)	470円	2,350円	250 kcal	1.5g以下

その他の種類と対応	
◆温かさ	冷蔵
◆容器	返却
◆電子レンジで温めて召し上がってください。	
◆食塩相当量、熱量は1食あたりの数値です。熱量の基準値は5日間コース平均で±50kcalの範囲としています。	
◆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。	



【特色】

- ◆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。
- ◆ご注文は週単位です。
- ◆「5日間コース」は土日祝日はお休みです。祝日のある週は価格が異なります。「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食あたりプラス40円で週1日からお好きな曜日をお選びいただけます。
- ◆価格は税込・宅配料込みです。
- ◆詳しくはお問い合わせください。

(2025年3月の情報を掲載)

配食サービス利用までの流れ



まずは**地域包括支援センター**（P6）に
ご相談ください



生活状況や治療中の病気のことを含めて対応します。

事業者選びのアドバイスも行います。

業者選択

業者一覧（P2～4）よりご自分の希望にあった業者を選び、電話をします。状況により、地域包括支援センターが事業者への連絡も行います。

業者の説明と 契約締結

連絡を受けた業者が、ご家庭を訪問してサービス内容・料金・配達方法等の説明をします。検討したうえで、適切な事業者を選び、契約締結をします。

利用の開始

契約内容に沿った配食サービスが開始されます。
契約にある料金の支払い方法のとおり、支払いをします。

< 配 食 事 業 所 一 覧 >

P. 2		P. 3		P. 4	
A	まごころ弁当	C	宅配クック ワン・ツウ・スリー	E	武蔵野フーズ
B	ライフデリ	D	配食のふれ愛	F	ワタミの宅食 埼玉所沢営業所

- 日替わりで、管理栄養士が栄養バランス・カロリー等を計算し、飽きのこないメニュー作りをしています。
- **チルド食・冷凍食**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、ご利用の際にはかかりつけ医にご相談ください。



所沢市担当課：高齢者支援課 電話 2998-9120 FAX 2998-9138

地域包括支援センター 一覧

※右記の二次元バーコード
より市ホームページをご
確認いただけます。



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 所沢スカイライズタワー	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ため内	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
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・北原町

※ 地域包括支援センターは、所沢市の委託により社会福祉法人・医療法人等が運営しています。

令和7年1月末 現在