

ほっと亭とは

仙台南健康友の会と協力して、高齢者へ手作りのお弁当配達と安否確認を行うボランティアグループです。

ご利用可能な方

高齢者（65歳以上）で、一人や二人暮らしの方。日中独居の方。食事の支度が困難な方。

あなたの周りに食事作りが大変だという方がいらっしゃいましたら、ぜひお声がけをお願い致します。

サービス案内

配達曜日：月曜・火曜・水曜・金曜日（いずれも夕食）

料 金：550円／食

※季節ごとの楽しい行事食も取り入れています。

ボランティア募集

「ほっと亭」では、ボランティアを募集しています。ご自身のご都合に合わせた登録制ですので、どなたでもお気軽にご参加いただけます。

活動時間・内容・場所は下記の通りです。

ボランティア活動内容

活動曜日	月曜・火曜・水曜・金曜日
調理・洗い物	12:45～16:00
配達	15:10～17:00

（概ね週1回の活動、曜日は調整できます）

活動場所

調理ボランティア：「ほっと亭」内

配達ボランティア：配達区域

ボランティア申込（登録）書

申込日 年 月 日

お名前	
ご住所	
電話番号	
生年月日	年 月 日
その他	種別：配達・調理 活動曜日：月曜・火曜・水曜・金曜

連絡先

仙台南健康友の会 「ほっと亭」

〒982-0011 仙台市太白区長町4丁目2-18

電話番号 022-308-5030 or 090-4633-4939（浜崎）

高齢者の方への配食サービス

ほっと亭の ご案内

【2025年11月版】



ほっと亭は、高齢者の方々向けの配食サービスを行なっています。
安心・安全な食事をお届けしています。

ほっと亭（仙台市助成事業）

仙台南健康友の会ホームページトップの「ほっと亭」のボタンからお入りください。

<http://sendai-minami.com>

「ほっと亭」の概要

団体名 高齢者配食サービス「ほっと亭」

代表者 ハマザキ ジュイチ
浜崎 寿一

管理栄養士 カマタ ヒロミ
鎌田 弘美

所在地 仙台市太白区長町4-2-18

設立 2005年9月5日

配食開始 2006年6月1日

その他の活動内容 NPOつながりデザインセンター会員
食事サービスネットワークみやぎ会員
ふれあい食事会（月1回） 他

ボランティアスタッフ 約40名

仙台南健康友の会 高齢者配食サービス「ほっと亭」では、仙台市から助成を受けて高齢者への配食と見守り（安否確認）を実施しています。安心・安全な食材を使用し、栄養のバランスを考えた、季節感豊かなお弁当をお届けしてまいりました。おかげさまで、利用者みなさまからはうれしいおたよりが届いています。

活動の基本理念

- ☆印一人暮らし等の高齢者や障害者が、地域で安心して住み続けられる手助けをする。
- ☆印配食サービスとともに、高齢者の「見守り」と「ふれあいネットワーク」の機能を目指す。
- ☆配食サービスすることで、在宅高齢者の自立した生活・健康で豊かな生活を過ごせるよう支援する。

ほっと亭のお弁当を利用したい方へ

配達曜日と時間

月曜・火曜・水曜・金曜日（週4回）

15時過ぎ～17時頃

いずれも夕食

料 金：1食 550円

※1週間に1回の注文、**2食/回**でも対応

※特別休業 ゴールデンウィーク（1～2日間）

お盆（1～2日間）

年末年始（1週間程度）

施設の設備点検（年1～2日）

※ 月1回程度の季節や行事にちなんだお弁当を提供いたします。

どんなお弁当（サービスの特徴）

- ・ボランティアの方による、真心のこもった「手作り弁当」をお届けします。
- ・できるだけ添加物や産地に配慮した安心・安全な食材を選定して使用します。
- ・「おはぎ」や「桜餅」等も手作りで、旬のものととりいれ季節感豊かなお弁当作りに努めています。
- ・高齢者の体力維持に必要なタンパク質を確保するなど、管理栄養士による栄養バランスを考えた献立です。
- ・ご飯の量は通常 160g ですが、100g・200gも選択できます。
- ・すべての持病に対応できない場合がございます。

メニュー例

旬の素材を使用した新鮮なお弁当メニューを提供しています。毎月の献立表はホームページにも掲載しています。

野菜の肉巻揚げ弁当



ブリ大根弁当



配食エリアマップ

配達地域（諸事情により配達出来ない場合もあります）

長町、長町南、鹿野、郡山、八本松
袋原、四郎丸、中田、西中田、柳生



お弁当配食申込み

配達希望日の数日前から受付いたします。

配食の取り消しは、前日の午前中までにご連絡ください。1食/週から受け付けます。

弁当配食申込書

申込日 年 月 日

お名前	
ご住所	太白区
電話番号	
生年月日	年 月 日
希望の曜日	月曜・火曜・水曜・金曜
配食開始日	月 日()
アレルギー等	無・有()
その他	紹介者等： 担当包括：