

第20号

# あずまていね

いい

手稲区

## ていね 探偵



1994年5月に設立された「宅配・手作り弁当レラ」。  
地域のみなさまに愛され続け、来年30周年を迎えます。  
お弁当は「手作り」「安心・安全」がモットー！  
心がホッとして、何度も食べたくなるお弁当です。

ワーカーズ・コレクティブ

## 宅配・手作り弁当レラ

※札幌市高齢者配食サービス受託業者

札幌市手稲区前田4条10丁目3-24 地区館るくす1階

**手稲区内配達料無料  
おひとつからお届け！**

### <日替わりレラ弁当>



「家族のごはんの栄養バランスが気になる」  
「献立を考えるのが大変」「自炊(料理)が苦手」など…  
そんなとき、「宅配・手作り弁当レラ」をご利用するのはいい  
かがですか？

地域のみなさんの「**こんなあったらいいなあ**」という  
声を取り入れながら、毎日のおかずを決めています。  
毎日新しいお味が楽しめるのはもちろん、カロリーや塩分量  
などの**栄養も考えに考え作られています**。アレルギーや食  
べられないもののご要望も受け付けていますので、ご高齢の方  
はもちろん、**どなたでも安心して美味しく召し上がれるお  
弁当です！**

**手作りにこだわったオードブル**をご提供しています！

特別な日のお祝いや季節ごとのイベント時など、子育て中の方から  
高齢者の方まで、**どなたでもご注文可能です**。

また、環境へ配慮し使い捨て容器を使わず、専用のお弁当箱を使用  
しているのもポイントです。

### <オードブル>



**注文方法** 前日の昼12時までにお電話で申し込み

Instagram



HP



# TEL 684-4999

営業時間 8:30~17:30  
(定休日:日曜・祝日・年末年始)



# しらは「札幌市高齢者配食サービス」を行っています！

お一人暮らしの方の見守り活動を行っています。

## ①申し込み

手稲区役所  
保健福祉部

(☎681-2400)

へご相談



## ②配達

対面にてお渡し  
(お声をかけて安否確認)



## ③回収

お弁当容器を回収



## 利用対象

札幌市高齢者配食サービス事業をお使いいただける方

おおむね65歳以上の一人暮らしの方で、高齢者やご病気などで身体が弱く、日常的にお食事の調理が困難な方。または、同居の方が病院や施設などに3ヶ月以上入院・入所されており、今後退院や退所の見込みのない方。

日頃の生活を支える情報をお知らせします

# ていね知っつく情報



ていね知っつく情報



手稲区社会福祉協議会のホームページに「ていね知っつく情報」を掲載しています。買い物に関する情報や生活支援、ペットの預かりについてなど、主に手稲にお住まいの高齢者の皆様の暮らしに役立つサービス情報を一覧にまとめています。QRコードを読み取っていただくか、下記までお問い合わせください。



コーディネーター変更のお知らせ

些細なことでも  
お話しして下さると嬉しいです★

令和5年8月より手稲区の生活支援コーディネーターをしております山下 萌美（やました もえみ）です。手稲中央・手稲鉄北・稲穂金山・星置地区を担当しています。地域のみなさんの「こんなのがあったらいいなあ」「困ってるなあ」を教えてください！

## 札幌市手稲区社会福祉協議会

〒006-0811 札幌市手稲区前田1条11丁目 手稲区民センター1階

担当：生活支援コーディネーター 渡辺、山下

TEL 011-681-2644 FAX 011-684-8560

ホームページ <https://www.sapporo-shakyo.or.jp/about/teine-shakyo/>



社協HP