



お花見会食 楽しく終了しました！

平成 28 年 4 月 14 日 (木) 若林区中央市民センターにて

花見と会食を通して、あかね会員と利用者さんとが親睦を深める「お花見会食」を今年も開催しました。満開を少々過ぎたものの春らしい薄紅色の花を車窓から堪能し、花見弁当を味わい、卓を囲んだ方々とたくさんおしゃべりをし、にぎやかな一日を過ごしていただきました。また来年の桜を楽しみに私たちも日々の活動を頑張ります。



「おぶくるの味」という
評価をいただいています

あかねの自主弁当

「自主弁当」ってなあに？

年齢関係なく、どなたでもご契約いただける
あかね弁当宅配サービスのことです！

仙台市からの受託事業である「食の自立支援」(高齢者・障がい者への配食サービス)に対し、あかね独自の弁当宅配を「自主弁当」と呼んでいます。家族との同居などにより「食の自立支援」の認定外となった高齢者の方や、年齢関係なくお弁当が必要な方どなたへでも、ご希望の曜日に配達しています。 ※原則として曜日、昼食か夕食かを決めての予約配達となります。

あかねグループ H27年度 オープン講座 終了しました！

あかね弁当から学ぶ～家庭料理の基本講座～ 全3回

元気な毎日は食事から。高齢者の弁当づくりで磨いた「調理のコツ」を惜しみなく伝える料理の基本講座を開催。

3回にわたり、基本の技を学べる和食メニューで、出汁の取り方からデザートまで、すぐに実践できる献立をみんなで作り好評でした！

第1回

日時：H28年1月16日(土) 10:30～14:00
場所：若林区中央市民センター別棟2階調理室
献立 魚の西京漬焼、かぶのそぼろ煮、牛乳寒天他

第2回

日時：H28年2月20日(土) 10:30～14:00
場所：若林区中央市民センター別棟2階調理室
献立 ひな寿司、鶏肉の三味焼、いちごミルクゼリー他

第3回

日時：H28年3月19日(土) 10:30～14:00
場所：若林区中央市民センター別棟2階調理室
献立 鮭の酢豚風、春雨と菜花スープ、パイン入りきんとん他

認知症について学ぼう

自分のため家族のために知っておきたい「認知症」についてを学ぶ講座。関東澄子先生のお話を聴き、認知症の正しい知識、介護家族の現実、認知症の方が住み慣れた地域で安心して暮らせる社会づくりを考える機会となりました。

講師：関東澄子氏 (公社)認知症の人と家族の会宮城県支部顧問
日時：平成28年2月27日(土)14:00～15:30
場所：若林区中央市民センターセミナー室A・B
参加費：無料



参加しました！ 宮城県主催・杜の伝言板ゆるる企画 「伝えたい！がんばる宮城のNPO」

平成28年3月27日(日)アエルアトリウム(アエル2階)

県内の認定・仮認定NPO法人19団体の活動を紹介する展示・ステージ発表に参加しました。宮城県で認定NPO法人をご紹介する催しは始めてのこと。生の声を伝えるチャンス！とステージ発表をし、パンフレットを手渡ししながら説明しました。地域のNPOへの理解の一助となり、また、あかねの活動にも興味をもっていただけたら嬉しく思います。



どんな方にお勧めなの？ 弁当の特長は？

- 栄養バランス、主・副菜の分量バランスがよく、塩分量も適切。出汁もしっかりとっています。
- 保存料・防腐剤・冷凍食品を極力減らしています。
- 手作りで安心！ ごはん大盛りも可能なので、育ち盛りのお子様へもおすすめです。
- 決まった曜日にお届け！ お勤めや習い事などで調理ができない曜日のご利用に便利です。
- ひとり親や共働きなどで、調理時間が足りない、買物が不便という方のお役に立ちます。
- 食事作りをする方が入院！ ご家族の食事が心配な時に。期間限定の契約も可能。
- 気力体力が不足気味、産前産後、食事作りが負担…週に1回でもお休みできると気が楽になります。
- 1食500～600前後のカロリーで健康管理！ ダイエット中や糖尿病予備軍の方にも。毎日違う献立なので満足感が違います！

10年以上、あかねの自主弁当を父子で召し上がってくださったTさんに感想をいただきました。

今年、息子さんが無事大学入学！父のTさんも転勤で仙台を離れます。嬉しい言葉をありがとうございます。

10余年にわたってお世話になり、ありがとうございました。男所帯で偏りがちな食生活を、しっかり支えていただいたと感じています。『私と息子の体の何分の一かは、あかねさんのお弁当で作られている』と言っては言い過ぎでしょうか。ともかく、心と体の両方を支えていただき、ありがとうございました。

あかね自主事業 - 普通食	720 円 (税込)	配達日	月～土曜の昼・夕 日曜の昼
あかね自主事業 - 特別食	823 円 (税込)	配達区域	若林区、青葉・宮城野区の一部

※配達区域についてはご相談ください。

あかねの仕出し

30年の弁当づくりで磨いた技が生きる
仕出し・パーティー料理です！

こんな時にご利用ください！

★ご予算・献立・配達地域ご相談ください！★

- デイサービス等の昼食に。ご高齢者に喜ばれる献立が可能です。
- 講演会・イベント等のスタッフ弁当に。パックにお詰め出来ます。
- 歓送迎会や創立記念などのパーティー料理に。会場で華やかに盛り付けます。
- 子供会や地区行事に。子供向け弁当もできます。
- ご親族でのお祝いや法事等に。
- 企業や病院・施設等多忙な職場の会議弁当に。まずはご相談ください。