



ちょっとお節介な  
お弁当屋さん

# 宅配 COOK 123 新聞 月刊

2023年9月号

本部

9月は白露(はくろ)と秋分の2つの節気があり、徐々に涼しくなって陽盛から陰盛に変わる時期とされています。まだまだ残暑の影響で発汗とともに水分などが失われているため、意識して水分補給を行うようにしましょう。また、在宅のご高齢者に日頃のお食事をお届けしている宅配クック123にとって【敬老の日】は、欠かす事の出来ない重要な祝日でございます。ご利用者様にとって唯一無二の存在になりたいという思いや、日頃の感謝の気持ちを込めて、ノベルティと豪華なお食事をご提供しております。

## 今月のご馳走の日 9月18日(月)昼食 「銀だら西京焼き弁当」



- ・ご飯
- ・銀だら西京焼き
- ・鶏肉の黒酢風味
- ・ささげの胡麻和え
- ・紅あずまのレモン煮
- ・豆ひじき
- ・野沢菜入り大根の漬物

銀だらは、白身魚の中でも特に脂のりの良さと甘味に特徴があります。魚の旨味を引き立たせるように、相性の良い西京味噌にじっくりと漬け込みました。西京味噌の塩味と銀だらの脂の甘味を味わえる一品です。



## 秋台風にご注意



9月以降に日本付近に接近する台風を秋台風と呼びます。9月になると南海上から放物線を描くように日本付近を通るようになり、上陸数としては年間でも最も多い月となります。

台風接近の3日前までにハザードマップや避難場所の確認、水・食料・トイレなどの備蓄品の確認や、最新情報の確認をしましょう。

2~1日前までには、暴風対策や高齢者などの避難開始が推奨されています。

暴風や大雨で状況が悪化し、外に出ることがかえって危険な場合は、窓が少ない部屋や高い階など、少しでも安全な場所へ移動して身を守りましょう。

## 9月 その1

### 「ペーパークラフト」をプレゼント！

9月18日は「敬老の日」です。今年も宅配クック123オリジナルのペーパークラフトをご用意しました。両国国技館を模した土俵で好きな力士を選び、「夢の取り組み」を作成していただき、完成後はトントンずもうとして遊べるノベルティです。無色の力士にはご自身で色を塗ることができ、ペーパークラフト自体はハサミやのりを使わずに作成できるため、どなたでも安心・安全に取り組むことができます。ペーパークラフトの作成やトントンずもうで遊ぶことは、指先のトレーニングとなり、昔トントンずもうで遊んだことを思い出すことは、脳のトレーニングとなります。



完成イメージ写真

## 9月 その2

### 「紅白ふくろう最中」をプレゼント！！

今年敬老の日に「紅白ふくろう最中」のプレゼントを実施します(一部店舗を除く)。ふくろうは長寿な鳥で、不老(ふくろう)長寿で長生き出来ると喜ばれる縁起物です。白ふくろうの餡は白餡で、赤ふくろうの餡はつぶ餡になっており、2種類を楽しむことができます。

宅配クック123を長くご利用のお客様の中には、この日を楽しみにしている方も多くいらっしゃいますので、日頃のご愛顧と感謝の気持ちを込めてお渡ししています。

