

どげんき通信

第 118 号
令和 3 年
(2021 年)
5 月 1 日発行



豊川のパワースポット
牛の滝にて

みなさんお元気ですか。三回目の緊急事態宣言が四都府県に出ました。「またか」という気持ちです。個人的にはオンラインピック開催も危険なので中止したほうが良いと思います。

東三河でも感染者が増えてきていますので消毒やマスクをしつかりして気をつけていきましょう。

コロナで大変な中ではありますが、五月より蒲郡市全域も配食をスタートします！西浦や形原までとなると、配達

の時間も距離も伸びますが、頑張って配達をしていきたいと考えています。地元の業者でも西浦などは配達に行けていないと聞きます。豊川店でもまだまだやることはありますが、蒲郡でも健康長寿に貢献できればと思います。

～ゴールデンウィークの営業について～

宅配クック 123 はゴールデンウィーク期間中も営業しています。(お正月の3が日を除き年中無休です) いつも利用しているお弁当屋さんがお休みになってしまう・・・、家族が出かけるので食事を作る人がいない・・・など、食事にお困りの方がいらっしゃいましたら、是非宅配クック 123 のお弁当をご利用ください。

5月1日から

蒲郡市
がまごおりし

全域へ配食スタート！

5月カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
25 仏滅	26 大安	27 赤口	28 先勝	29 友引 昭和の日	30 先負	1 仏滅 八十八夜
2 大安	3 赤口 憲法記念日	4 先勝 みどりの日	5 友引 こどもの日 立夏	6 先負	7 仏滅	8 大安
9 赤口	10 先勝	11 友引	12 仏滅	13 大安	14 赤口	15 先勝
16 友引	17 先負	18 仏滅	19 大安	20 赤口	21 先勝 小満	22 友引
23 先負	24 仏滅	25 大安	26 赤口	27 先勝 行事食 (昼食)	28 友引	29 先負
30 仏滅	31 大安	1 赤口	2 先勝	3 友引	4 先負	5 仏滅 芒種





こいのぼり



こもはずし

ぬり絵でマンチエイジング！
ぬり絵をすることで、脳が活性化され、
認知症等の予防に効果があるそうです。
シットライ！

☆今月の行事食☆

5月27日(木) 昼食

「静岡県焼津産
メカジキ生姜煮弁当」



5月の行事食は、「静岡県焼津産メカジキ生姜煮弁当」をご用意いたしました。

静岡県焼津産メカジキを使用し、和風の魚料理に仕上げました。

上品な脂を含んだ肉質を特徴とするメカジキに砂糖、醤油、みりんを合わせたタレに生姜をきかせて風味豊かな味わいに仕立てました。

❖おしながき❖

静岡県焼津産メカジキ生姜煮、ふきの含め煮、筑前煮、ブロッコリーとコーンの和え物、たらこポテトサラダ、そら豆、焼刻み穴子

<発行・お問い合わせ>

宅配クック123
豊川店



TEL:0533-56-3005

FAX:0533-56-3006

営業時間 9:00~17:00



～ 介護お助け便で
日用品のご注文も承ります！～

食料品や日用品など、大きいモノ・重いモノも
お弁当と一緒に配達できるようになりました！
ご注文・お問い合わせはスタッフまで！

