

とげんき通信

第 159 号
令和 6 年
(2024 年)
10 月 1 日発行



蒲都市西浦町で
栄養講話開催！

皆さん、お元気ですか。来年二〇二五年には、団塊の世代（一九四七年～一九四九年生まれ）が全員七五歳以上の後期高齢者となり、医療・介護サービスの需要が急増し、社会保障に大きな負担がかかる「二〇二五年問題」が現実化します。

九月十三日、新たな高齢社会対策大綱が閣議決定され、七五歳以上の医療費負担三割拡大や一人暮らし高齢者支援、年金制度の見直しを検討されています。また、

少子化や人口減少により若年層への負担も増え続けています。

そもそも少子化を改善しなければ、社会保障費はさらに膨らみ続けるでしょう。フランスやスウェーデンのように、育児手当や税制優遇などを通じて出生率を改善した事例を参考に、日

本も少子化対策を強化する必要があります。

そこで私が提案したいのは、結婚や出産、子育てにかかる消費税を免除するという施策です。これにより、若い世代の経済的負担を軽減し、結婚や子育てを後押しできるのではないのでしょうか！そうだなそうだなそうしよう笑

10 月は「食品ロス削減月間」

10 月 30 日は「食品ロス削減の日」です。日本では、本来食べられるのに捨てられてしまう食品＝食品ロスが、毎日 10t トラック約 1,290 台分発生しています。

宅配クック 123 では、「地産外商」として人口減が謳われる地域の食材を活用することで食品ロス削減に貢献できるよう取り組んでおり、全国のご利用者様に日々のお弁当のお惣菜として、ご提供させていただいております。



日	月	火	水	木	金	土
29 仏滅	30 大安	1 赤口	2 先勝	3 先負	4 仏滅	5 大安
6 赤口	7 先勝	8 友引 寒露	9 先負	10 仏滅	11 大安	12 赤口
13 先勝	14 友引 スポーツの日	15 先負	16 仏滅	17 大安	18 赤口	19 先勝
20 友引 秋の土用入り	21 先負	22 仏滅	23 大安 霜降	24 赤口	25 先勝	26 友引
27 先負	28 仏滅	29 大安	30 行事食 赤口(夕食)	31 先勝	1 仏滅	2 大安

10 月カレンダー





ハロウィン



芋ほり

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

☆今月のご馳走の日のお食事☆

10月30日(水)夕食



「土佐の恵み彩り弁当」

10月のご馳走の日のお食事は、高知県の特産品や名産品をたっぷり味わっていただきたいという思いから、「土佐の恵み彩り弁当」をご用意いたしました。主菜は、高知県土佐郡大川村の特産品である土佐はちきん地鶏を使用した「土佐はちきん地鶏のすき煮」、副菜には高知県の郷土料理や食材を使用した「ぐる煮」「ゆずなます」「そうだがつおの角煮」「おかか昆布」「紅生姜漬け」を盛り合わせました。このお食事を召し上がっていただくことで、高知県への小旅行をお楽しみいただきたいと思います。

～お品書き～

土佐はちきん地鶏のすき煮 / ぐる煮
ゆずなます / そうだがつおの角煮
おかか昆布 / 紅生姜漬け



<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！

