

日常的な食事の用意や後片付け等の家事を行なっている
ヤングケアラー、若者ケアラーに

栄養バランスを配慮した食事を 無料で届けます。

自分の時間を
作りたい

ホッと
ひらきたい



弁当
(冷凍)

各自宅へ
(宅配方式)

家族の
人数分

原則週1回
利用開始から
3ヶ月

※参考として2食を例示

例えば…
こんな食事が
届きます。

チキン南蛮風
ラタトゥイユ
ハウレンソウと卵の洋風和え

かれいのクリーム煮
さつま芋の甘露煮
青梗菜と人参のおひたし

まずはご相談から

【配達地域（神戸市以外）にお住まいの方】

兵庫県ヤングケアラー・若者ケアラー相談窓口
 (一般社団法人兵庫県社会福祉士会内)

☎ **078-894-3989**

受付時間：月～金曜日 9:30～16:30 (祝日・年末年始除く)

【神戸市にお住まいの方】

こども・若者ケアラー相談・支援窓口 (神戸市)

☎ **078-361-7600**

受付時間：月～金曜日 9:00～17:00 (祝日・年末年始除く)

ヤングケアラー配食支援モデル事業 Q&A

Q1 配食支援を希望する場合はだれでも対象になりますか？

A2 対象となる方は①ヤングケアラー、若者ケアラーとして相談窓口にご相談があった方（当相談窓口の対象となる30歳台までのケアラーの方）で、②配食支援サービス利用の希望があり、③相談窓口が配食支援プランを作成した方です。対象になるかどうかは、相談窓口に一度ご相談ください。

Q2 兵庫県内であれば、どこに住んでいても配達可能ですか？

A2 兵庫県内のどの市町にお住まいでも配達対象になります。

Q3 配達される弁当は食物アレルギーに対応していますか？

A3 食物アレルギーには対応していません。原材料表示、食物アレルギー表示を確認し、必要に応じて除去する等、ご自身で対応いただくこととなります。

Q4 配達曜日や回数は選べますか？

A4 配達曜日は月曜日、火曜日のうちいずれかを選択できます。配達回数は週1回で、配達開始から終了まで、最初に選択した曜日に配達されます。原則置き配方式です。ただし配達地域によっては配達方法が異なる場合がありますので、詳しくは相談窓口にご相談ください。

弁当は冷凍された状態で届きますので、受け取った後は冷凍庫で保存し、都合に合わせて召し上がってください。

Q5 弁当のメニューは選べますか？

A5 メニューを選択することはできません。肉、魚等の主菜1品を含む3品程度の惣菜と白飯のセットが届きます。

Q6 配達される弁当の個数は選べますか？

A6 配達1回につき、相談窓口で聞き取った世帯人数分の弁当を配達します。

（例：4人家族の場合、1回の配達で弁当4個を配達）

Q7 未成年ですが利用することはできますか？

A7 利用できますが、配食を開始する前に親権者の同意を得ているかどうかを確認します。まずは一度、相談窓口にご相談ください。