



きょう・あすのみち

明日路

健康支援型配食サービス

京都発、明日の元気につなげる食事

栄養コントロール食

健康サポーター・管理栄養士による
食生活改善を目指した食事です。



Heart & Heart

株式会社 はーと&はあとプラス



エネルギー・塩分調整食

糖尿が気になる方

塩分が気になる方

1400kcalコース（おかず少）

エネルギーが気になる方

1800kcalコース（おかず並）

糖尿病 肥満症 脂質異常症
脂肪肝 心疾患 高血圧症
脳血管疾患

塩分・たんぱく質調整食

塩分が気になる方

カリウムが気になる方

1400kcalコース（たんぱく10g以下/1食）

たんぱく質が気になる方

1800kcalコース（たんぱく13g以下/1食）

腎臓病 糖尿病性腎症
透析治療中の方

お食事は冷凍1セット7食入り
で届きます。



➤ 制限があっても“美味しい”を追求！

毎日でも飽きがこない
“家庭料理に近いお味”

和・洋・中
バラエティ豊かなメニュー

野菜豊富なメニューがいっぱい

特別価格1食 **¥750**（税込¥810）**配送料無料**

■おまかせ定期便A・7食 ¥5,670（税込）

■おまかせ定期便B・14食 ¥11,340（税込）

毎週・隔週からお選びいただけます。メニューは週替わりです。

定期便のメリット

- ① 毎回注文の手間なし
- ② メニューは週替わり
- ③ お届け日の変更やお休みも可能

通常価格1食 **¥780**（税込¥842）**配送料無料**

■お好みセット・7食 ¥5,896（税込）

都度、注文分のみお届けとなります。お好きなメニューをお選びください

※本商品は冷凍のおかず商品です。米飯は付きませんので、ご自宅でご用意下さい。

お好みセットのメリット

- ① 好きな時に注文
- ② 選べるメニュー
- ③ お試ししやすい

お届け方法



ご希望の時間帯を指定しての冷凍でのお届けになります。**ヤマト運輸のクール冷凍便**による配達となります。不在時は、不在票を入れて持ち帰ります。お客様により、ヤマト配送センターに連絡の上、再配達をご依頼ください。発送後にお受け取りいただけなかった商品につきましても、代金を請求させていただきます。

配達時間

- 午前便 8時～12時
- 午後便 2時～4時、4時～6時、6時～8時、7時～9時

配送地域

京都市・宇治市・向日市・長岡京市・城陽市・その他地域（応相談）



こんな悩みをお持ちの方におすすめです

一生懸命作っているのに食べてくれない！

外食が多く、食事制限が難しい！控えないと…と思いつつもついつい食べ過ぎてしまいがち！

主治医から、たんぱく質とカリウムを抑えるようにと言われたが、どうして良いのかわからない

毎日、カロリー計算して食事を作るのが大変。

糖尿病の夫にどんな食事をつくればいいのかわからない！



食事の事を相談できる相手が欲しい！

お客様サポート

➤ 管理栄養士による事前訪問の実施

管理栄養士が、ご自宅を訪問し、普段の生活習慣や食生活、病気の有無などを確認した上で、最適な食事をご用意いたします。

◆事前訪問に料金はかかりません。

➤ 安心のコールセンター

管理栄養士の資格を有するスタッフが、食事や栄養に関するご相談、モニタリングならびに商品のご注文やご注文変更など、利用者様からのご用命に丁寧に対応いたします。

食事においてどのようなことにお困りですか？

どんな食事をどれくらい食べていいのかわからなくて…。

その後、経過はいかがですか？
当社の食事は、普段の食事内容の参考になっていますか？



➤ 訪問栄養相談（有料）

ご希望により、管理栄養士がご自宅を訪問し、食事療法上、必要なアドバイスを行います。

◆料金（訪問1回につき） ¥ 1,100（税込）

お申込みからお届けまで

 **0120-876-810** (通話無料)

受付時間 (土・日曜日除く) 9:00~17:00



Web問合せ

管理栄養士による事前訪問

医師や管理栄養士による指示・処方がある場合は、ご提示ください。

申し込み手続き完了

4日後以降からお届けスタート

キャンセル等、ご利用の変更に関するご連絡

▶キャンセル・停止・再開・お届け日の変更・食種の変更等をされる場合のご連絡は、
お届け希望日の4営業日前 (土日を除く) の夕方5時までにご連絡ください。
(※木曜お届け分のみ月曜朝10時締切)



詳細

電子レンジ解凍加熱でカンタン！

①1袋毎に包装されています。手で簡単に開封できます。

容器サイズ：

24cm×17.5cm
×高4.2cm



②袋の端を少し開け、電子レンジ解凍加熱後お召上がり下さい。
※加熱時間(目安)は、食事毎にパッケージ前面のラベルに明記。



③プラごみで捨てることができ、後片付けも簡単です。



賞味期限について

製造日より概ね8か月間が賞味期限となります。商品ごとの賞味期限についてはパッケージ前面に明記しております。※お届け商品によって賞味期限が異なる場合がございます。

ご請求書及び料金のお支払い

料金は、月末締めめの翌月払いです。(支払期限は翌月末日です。)

◆ご請求書：ご利用の翌月10日前後にお送り致します。

◆お支払方法

・口座振替(自動引落し)をご希望の場合は、銀行・信用金庫・郵便局のご指定の口座にてお手続きの後、毎月ご利用月の翌月27日に引き落とし致します。

・銀行振込ご希望の場合は、ご請求書に記載しております指定口座にご入金下さい。

※振込み手数料はお客様ご負担となりますことをご了承下さい。



株式会社 はーと&はあとプラス

<本社> 〒601-8133 京都府京都市南区上鳥羽藁田町19番地
TEL075-681-8139 / FAX075-681-8102

<https://www.heartplus.jp>



2026.7改訂版