5月献立表

現　場：此花作業指導所

	月	火	水	木	金
昼食				1 ごはん　(85ｇ) 鯵の南蛮漬け 里芋そぼろ煮 キャベツサラダ 味噌汁（もやし） ｴﾈﾙｷﾞｰ 672kcal 蛋白質 22.8g 脂質 25.5g 食塩 4g	2 ごはん　(85ｇ) きのこハンバーグ 南瓜の含め煮 青梗菜土佐あえ 味噌汁（うすまきふ） ｴﾈﾙｷﾞｰ 681kcal 蛋白質 23.2g 脂質 15g 食塩 5.1g
昼食	5 こどもの日	6 振替休日	7 菜飯 きつねうどん 青梗菜の酢の物 ミニメンチカツ フルーツ寒天 ｴﾈﾙｷﾞｰ 692kcal 蛋白質 21g 脂質 18.7g 食塩 5g	8 ごはん　(85ｇ) 鶏肉の治部煮 マカロニサラダ 白菜煮浸し 味噌汁（ふ） ｴﾈﾙｷﾞｰ 733kcal 蛋白質 32.4g 脂質 23.6g 食塩 3.2g	9 ごはん　(85ｇ) 肉団子の甘酢あん 海草サラダ 里芋含め煮 味噌汁（ちんげんさい） ｴﾈﾙｷﾞｰ 652kcal 蛋白質 16.2g 脂質 19.2g 食塩 4.1g
昼食	12 ソースカツ丼 小松菜の生姜和え 味噌汁（ふ） オレンジ ｴﾈﾙｷﾞｰ 671kcal 蛋白質 18.8g 脂質 15.2g 食塩 3.6g	13 ごはん　(85ｇ) 白身魚のマヨネーズ焼き マカロニソテー チンゲン菜酢の物 スープ（とうふ） ｴﾈﾙｷﾞｰ 534kcal 蛋白質 19.1g 脂質 16.7g 食塩 2.4g	14 ごはん　(85ｇ) 肉じゃが 春巻き もやしドレッシング和え 味噌汁（うすまきふ） ｴﾈﾙｷﾞｰ 757kcal 蛋白質 19.9g 脂質 26.3g 食塩 3.1g	15 ごはん　(85ｇ) てりやきチキン 白菜ゆかり和え 切干大根煮 味噌汁（たまねぎ） ｴﾈﾙｷﾞｰ 675kcal 蛋白質 26.6g 脂質 24.6g 食塩 3.2g	16 ごはん　(85ｇ) 豚肉のソテーおろしソース 菜の花のしらす和え 炊き合わせ 味噌汁（だいこん） ｴﾈﾙｷﾞｰ 650kcal 蛋白質 26.1g 脂質 15.9g 食塩 4.2g
昼食	19 わかめごはん 鶏南蛮うどん きゃべつ甘酢和え わらびもち ｴﾈﾙｷﾞｰ 713kcal 蛋白質 25.8g 脂質 12.1g 食塩 4.4g	20 ごはん　(85ｇ) アジのカレー風味焼き ごぼうと豚肉炒め スパゲティサラダ すまし汁（そうめん） ｴﾈﾙｷﾞｰ 636kcal 蛋白質 23.7g 脂質 21.8g 食塩 2.3g	21 ごはん　(85ｇ) ポークピカタ じゃがいも煮 小松菜のごまあえ 味噌汁（きゃべつ） ｴﾈﾙｷﾞｰ 658kcal 蛋白質 24.3g 脂質 13.9g 食塩 3.1g	22 ごはん　(85ｇ) ブルコギ 蒸しシュウマイ キャベツ酢の物 中華スープ（ちんげんさい） ｴﾈﾙｷﾞｰ 655kcal 蛋白質 21.3g 脂質 19.9g 食塩 3.9g	23 ごはん　(85ｇ) 鶏肉の唐揚げ インゲン炒め なます 味噌汁（うすまきふ） ｴﾈﾙｷﾞｰ 714kcal 蛋白質 26.9g 脂質 28.6g 食塩 3g
昼食	26 キーマカレー キャベツウインナー炒め 大根サラダ バナナヨーグルト ｴﾈﾙｷﾞｰ 630kcal 蛋白質 17.4g 脂質 23g 食塩 3.2g	27 ごはん　(85ｇ) 鶏肉トマトソース煮込み 三度豆炒めもの キャベツの和え物 味噌汁（ふ） ｴﾈﾙｷﾞｰ 671kcal 蛋白質 27.1g 脂質 20g 食塩 3.8g	28 ごはん　(85ｇ) 牛肉と厚揚げの炒め物 カリフラワーごまドレ和え れんこん田舎煮 味噌汁（ちんげんさい） ｴﾈﾙｷﾞｰ 627kcal 蛋白質 22.7g 脂質 16.6g 食塩 3.5g	29 ごはん　(85ｇ) カレイの磯辺揚げ ビーフン炒め 菜の花の酢味噌和え スープ（こーん） ｴﾈﾙｷﾞｰ 607kcal 蛋白質 23.2g 脂質 17.1g 食塩 2.7g	30 ごはん　(85ｇ) チキン味噌マヨ焼き 青梗菜酢の物 こんにゃく煮物 すまし汁（とうふ） ｴﾈﾙｷﾞｰ 653kcal 蛋白質 24.7g 脂質 26.3g 食塩 3.3g

まんぼー。

社会福祉法人
大阪市障害者福祉・スポーツ協会
おおさかしりつこのはなさぎょうしどうしょ
大阪市立此花作業指導所

令和7年5月1日発行　No. 367

ごがつぎょうじよてい 5月行事予定

5月3日（土・祝）	憲法記念日
5月4日（日・祝）	みどりの日
5月5日（月・祝）	こどもの日
5月6日（火・祝）	ふりかえきゅうじつ 振替休日
5月13日（火）	まいしまていきせいそう 舞洲定期清掃
5月20日（火）	まいしまていきせいそう 舞洲定期清掃
5月22日（木）	こうちんしきゅうび 工賃支給日
5月26日（月）	きゅうしょくいいんかい 給食委員会
5月27日（火）	まいしまていきせいそう 舞洲定期清掃

楽しいゴールデンウイークが終わると体調を崩してしまう人も多いのでは？

○規則正しい生活リズムを保つ（朝日を浴びて、睡眠時間を確保！）

○バランスの良い食事（ビタミンB（豚肉・納豆・卵）・鉄分（レバー・ほうれん草・ひじき）・オメガ3（青魚・アボカド・ナッツ）を意識！）

○ストレスを上手に発散（音楽・アロマ・お風呂でリラックス！）

で5月病を予防しましょう！

がつぶんさぎょううりあげほうこく 4月分作業売上報告

T業者	101,294円	J業者	19,040円
M製作所	104,324円	K業者	2,640円
N業者	79,411円	U業者	55,000円
S業者	81,400円	M業者	440,200円
K商事	6,538円	N作業所	6,750円
L業者	202,334円	K作業所	16,000円
		S業者	13,560円

合　計　1,114,931円　**お疲れさまでした。今月もがんばりましょう！**

給食についてご紹介

給食は当所の厨房で、毎日委託会社の調理員さんが一人で作ってくださっています。献立も委託会社の栄養士さんが作成しています。

給食は、１１時４５分～と１２時～の2グループに分かれています。

食堂入口で手をアルコール消毒したあと、各自お盆をもち、副菜をとり、調理員さんからご飯・主菜・みそ汁（スープ）を受け取り、好きな席に座って食べます。

お米は
国産金芽米を
使用しています

この日のメニューは
ご飯　すまし汁
チキンカツ
青梗菜の生姜あえ
里芋そぼろ煮

エネルギー747kcal
タンパク質24ｇ
脂質18.5ｇ
食塩3.5ｇ

給食委員会

毎月１回　給食委員会を開き、委託会社の献立担当の方、調理員さん、職員の他、利用者さんにも順番に参加してもらい、「希望するメニューやデザート」、「苦手なメニュー」などを聞いています。設備面や予算などで難しいこともありますが、献立の参考にしてもらっています。

その他に年１回、「嗜好調査」を行い、給食に関する利用者さんの希望もお聞きしています。

年度末特別工賃が支給されました

４月２２日に年度末の特別工賃が支給されました。

今回の特別工賃は令和６年１２月～令和７年３月の出席日数に応じて支給されています。休まず出席されていた方は、昨年よりも金額が多くおどろかれた方も多かったでしょう。

通常の工賃は１５分ごとに算定されています。
特別工賃は、原則は7月（４月～６月の出席日数に応じて算定）と１２月（７月～１１月の出席日数に応じて算定）の年2回支給ですが、皆さんの毎日取り組んでいる作業の収入が多かったため、年度末の特別工賃が支給されました。

物価高が続き、経済状況も不安定な中、令和6年度は新たに1社からお仕事をいただき、利用者の皆さんが安定して生産活動や就労訓練に取り組めるよう努力しています。

特別工賃は、計画して大切に使いましょう！

職員の紹介

ワークセンター中授より異動されてこられた船渡副所長より
メッセージをいただきました。

４月１日付にて此花作業指導所に配属になりました船渡です。
健康に気を付けて、利用者のみなさんと一緒に楽しく頑張っていきたいと思います。よろしくお願いいたします。