

12月献立表



現 場：此花作業指導所

	月	火	水	木	金
	1	2	3	4	5
昼食	ぶたやきにぎん 豚焼肉丼 こまつな あ 小松菜おかか和え こんにやくとごぼ天煮 みそしる 味噌汁（うすまきふ）	ごはん（85g） しろみきかなむにえる 白身魚のムニエル がんもの煮物 な はな 菜の花のさっぱり和え みそしる 味噌汁（はくさい）	ごはん（85g） くりーむしちやー クリームシチュー さんどまめそー 三度豆ソテー かりふらわーのさらだ カリフラワーのサラダ れもんざりー レモンゼリー	ごはん や 焼きそば あーぎょうど 揚げ餃子 ちんげんさい 青梗菜しらす和え ちゅうがー 中華スープ（もやし） すまし汁（こまつな）	ごはん（85g） ぎゅうやさいいた 牛肉野菜炒め でんがく さといも だいこん 田楽（里芋・大根） ごぼうさらだ ゴボウサラダ
	12kcal - 653kcal 蛋白質 20.4g 脂質 14.5g 食塩 3.4g	12kcal - 646kcal 蛋白質 24.1g 脂質 17.7g 食塩 3.3g	12kcal - 718kcal 蛋白質 24.1g 脂質 18.7g 食塩 3.3g	12kcal - 704kcal 蛋白質 21.5g 脂質 17.7g 食塩 3.7g	12kcal - 797kcal 蛋白質 24g 脂質 27g 食塩 3.4g
	8	9	10	11	12
	わかめごはん みそらーめん 味噌ラーメン ちんげんさいむる 青梗菜ナムル えびかつ エビカツ	ごはん（85g） とりにく あずき 鶏肉の甘酢あん こんにやく甘辛炒め こまつなす みそ 小松菜酢味噌和え すまし汁（そうめん）	ごはん（85g） あじ しおや 鯨の塩焼き ぶた 豚じゃが こーるすろー コールスロー みそしる 味噌汁（ふ）	ごはん（85g） とんてき あーだ とうふ 揚げ出し豆腐 すー スープ（いんげん） プリン	かれーrais カレーライス キャベツまよネーズあ キャベツマヨネーズ和え すー スープ（いんげん） プリン
昼食	12kcal - 592kcal 蛋白質 20.8g 脂質 8.7g 食塩 4.8g	12kcal - 810kcal 蛋白質 27.5g 脂質 25.8g 食塩 4.1g	12kcal - 597kcal 蛋白質 25.9g 脂質 13.9g 食塩 3.9g	12kcal - 745kcal 蛋白質 24.9g 脂質 22.1g 食塩 3.4g	12kcal - 724kcal 蛋白質 17.2g 脂質 25.3g 食塩 3.1g
	15	16	17	18	19
	や とでん 焼き鳥丼 ひじき五目煮 みそしる 味噌汁（うすまきふ） ばいんかんてん バイン寒天	ごはん（85g） とんかつ だいこん あつあ 大根と厚揚げ煮 ちんげんさいむる 青梗菜鶏肉和え みそしる 味噌汁（たまねぎ）	ごはん（85g） みそに サバの味噌煮 こまつな 小松菜煮びたし ぼてとさらだ ポテトサラダ すまし汁（ふ）	ごはん（85g） まーぼー豆腐 マーボー豆腐 おやこに 親子煮 もやしと和え物 ごぼうの炒め煮 だいこん 大根なます みそしる 味噌汁（はくさい）	ごはん（85g） ごはん（85g） おやこに 親子煮 びーまんそてー ビーマンソテー だいこん 大根なます みそしる 味噌汁（こまつな）
	12kcal - 705kcal 蛋白質 26.2g 脂質 20.9g 食塩 3.6g	12kcal - 753kcal 蛋白質 20.7g 脂質 17.3g 食塩 4g	12kcal - 786kcal 蛋白質 27g 脂質 34.2g 食塩 3.6g	12kcal - 698kcal 蛋白質 26.2g 脂質 22.9g 食塩 3.9g	12kcal - 682kcal 蛋白質 25.9g 脂質 18.8g 食塩 3.9g
昼食	22	23	24	25	26
	なめし 菜飯 かれーうどん かぼちやふく に 南瓜の含め煮 こまつな 小松菜のごまあえ	ごはん（85g） ぶた なす みそいた 豚と茄子の味噌炒め ころっけ コロッケ ちんげんさい 青梗菜おろし和え すまし汁（はんぺん）	ごはん（85g） はんぱー ハンバーグ いんげんしょう油 インゲン生姜和え なぼりたん ナポリタン みそしる 味噌汁（だいこん）	ごはん（85g） とりにくからあ 鶏肉の唐揚げ きりぼたいこね 切干大根煮 きやべつもの きやべつの酢の物 みそしる 味噌汁（うすまきふ）	ごはん（85g） すてーき ステーキ まからにさらだ マカロニサラダ コンソメスープ でざーと デザート
	12kcal - 721kcal 蛋白質 19.1g 脂質 14.9g 食塩 4.3g	12kcal - 697kcal 蛋白質 19.7g 脂質 14.8g 食塩 3.5g	12kcal - 773kcal 蛋白質 22.8g 脂質 21.3g 食塩 4.8g	12kcal - 746kcal 蛋白質 26.8g 脂質 27.4g 食塩 3.1g	12kcal - 957kcal 蛋白質 31.3g 脂質 42.9g 食塩 2.7g

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きょうしどうしよ
大阪市立此花作業指導所

No. 374号 令和7年12月1日発行

じゅうにがつぎょうじよてい
12月行事予定

がつみつか がつこのか しょう しゃしやうかん
12月3日から12月9日は障がい者週間

12月2日（火）	まいしまていきせいそ 舞洲定期清掃
12月9日（火）	まいしまていきせいそ 舞洲定期清掃
12月16日（火）	まいしまていきせいそ 舞洲定期清掃
12月22日（月）	こうちんしきゅうび 工賃支給日 きゅうしよくいんかい 給食委員会
12月23日（火）	まいしまていきせいそ 舞洲定期清掃
12月26日（金）	ねんまつてんしんかい 年末懇親会 さきょうおさ 作業納め
1月 5日（月）	さきょうはじ 作業始め

じゅういちがつまんざきょうりやうりけうこく
11月分作業売上報告

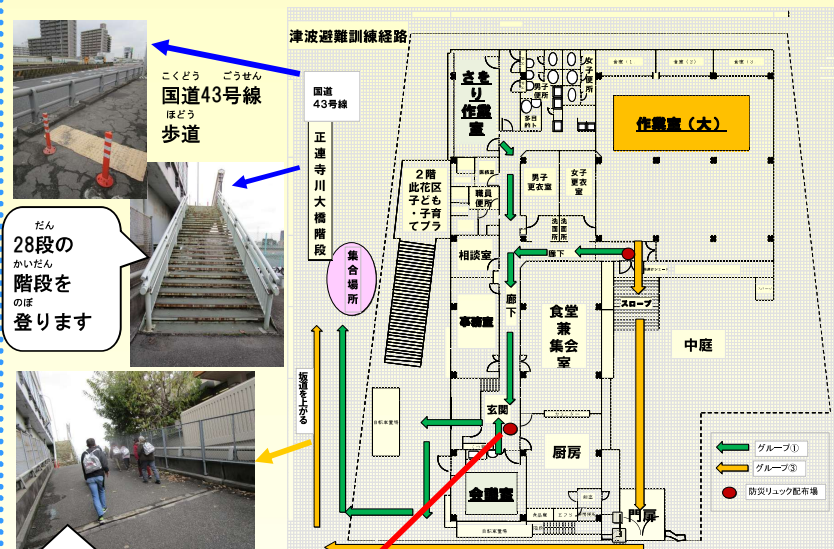
しょう しゃしやうかん しょう う む
「障がい者週間」は、障がいの有無にか
かわらず、相互に人格と個性を尊重し合いな
きょうせい しゃかい じつげん む さべつ きんし
がら共生する社会の実現に向け、差別の禁止
りかい ぶん しょう かに
など理解を深めるとともに、障がいのある方
しゃかい けいざい ぶん か た ぶん や かつどう
の社会、経済、文化その他あらゆる分野の活動
さんか そくしん もくてき しょうがいしゃ
への参加を促進することを目的として障害者
きほんほう さだ
基本法において定められたものです。
しょうかん めいご しょうほう すこ
この週間に行われるイベント情報を少しご
しょうがい
紹介！
しょうがいしゃ しゃかいさんか しえん きぎょうてんじかい
◎障害者の社会参加を支援する企業展示会
■11/30(日)～12/8(月) 9:30～22:30
さいしゅうにゅうじょう
（最終入場22:00）
かいじょう うめだ
■会場 梅田スカイビル タワーイースト3階
しゅざい しょうがいしゃしやうかんきぎょうさんぎょうし おおさかじつこういんかい
■主催 障害者週間協賛行事 大阪実行委員会
しょうがいしゃ きぎょう てんじかいぶんかかい
障害者と企業をつなぐ展示会分科会

T業者	128,266円	L業者	164,527円
M製作所	129,158円	K業者	2,640円
N業者	51,656円	U業者	55,000円
A業者	123,794円	M業者	443,070円
S業者	82,170円	V業者	8,000円
K商事	4,044円	S業者	30,250円

合 計 1,222,575円 お疲れさまでした。今月もがんばりましょう！

津波避難訓練

11月26日（水）14時から此花区役所防災サポート課・此花区消防署員の方にお越しいただき、はばたく福祉社と合同で、津波警報が発令されたことを想定して避難訓練をおこないました。



28段の階段をのぼります

約40メートルの坂道を登ります



玄関で一人ひとり防災リュックを受け取り、坂道を上がり、国道43号線正連寺川大橋の階段下へ一旦集合。今回で訓練は3回目となり、前回より30秒早く避難場所まで移動できました。消防署員の方から簡易担架の作り方や搬送方法のお話を聞き、実際に利用者さんが担架に乗ってみるなど体験もしました。その後、本来の避難場所 国道43号線の歩道へ移動しました。地震調査研究推進本部によると、南海トラフ地震の発生確率は60～90%程度以上と示されており、日ごろの備えが望まれます。

防災リュック(重さ3.3kg)の中身



- *ヘルメット
- *5年保存水500ml 3本
- *懐中電灯
- *軍手
- *マスク
- *携帯トイレ
- *防寒・防風アルミシート
- *緊急用ホイッスル
- *非常食クッキー3種類
- (チョコ・プレーン・抹茶)
- *非常食用パン
- *ウェットティッシュ
- *ティッシュ 合計17点



カセットボンベを使用する発電機も常備しています。

お知らせ

年末年始
今年の年末年始の休みは12月27日（土）～1月4日（日）の9日間です。新年は1月5日（月）から開所します。
ご家庭の事情等でそれ以外にもお休みをされるかたは、事前に職員まで申し出てください。
年末懇親会
作業納めの12月26日午後開催の予定で、準備を進めています。
給食も特別メニューです。お楽しみに！
特別工賃が支給されます
12月の工賃支給日には通常工賃とともに7月～11月の通所日数に応じて特別工賃が支給されます。