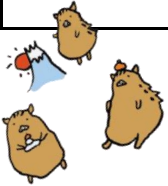


千里だより

1 1月の予定

6日(月)	つきはじ 月初めの会 新年会(午後より)
13日(月)	せいじん 成人の日
20日(月)	きゅうしょくいんかい 給食委員会
24日(金)	こうちん しきゅうび 工賃支給日



トピックス

1 めん	1月の予定 所長からのひとこと
2 めん	施設外就労のようす
3 めん	健康コラム 就労支援プログラム
4 めん	1月の献立表



所長からのひとこと

新年あけましておめでとうございます。今年も利用者の皆様にとり良い年となりますよう心よりお祈り申し上げます。

さて、昨年(さくねん)は4月から定員変更を行い、就労移行支援6名、就労継続支援B型44名で事業を開始しました。平成30年度は新規利用者の利用が振るわず、昨年1月には利用登録の方が42名程度となった時もありましたが、4月以降利用者が増え続け先月12月末には55名の方に利用登録頂けるようになりました。これも利用者の皆さまが日々の作業に頑張っており、各方面で当所の活動を認めて頂けることになった結果と思っております。ありがとうございました。

また、8月から大阪市福祉局で進められてきた「大阪市立千里作業指導所の民間移管」についても、12月末に令和2年度以降の10年間を当協会に移管することが決定され、令和2年3月末に大阪市の指定管理施設から外れ、4月からは民間施設として運営することが決定しました。これによって、令和2年4月以降はこれまでの事業を続けつつ、新たな事業展開も模索していきたいと思っておりますので、今後ともご協力くださいますよ

クラブ	1月は無し	準備品
音楽クラブ	カラオケ	
スポーツクラブ	卓球、他	
美術クラブ	折り紙	



新 千里南住宅 施設外就労のようす

12月18日（水）午前中雨の為、午後からの作業になりました。寒い中お疲れ様でした。様子を写真に収めました。



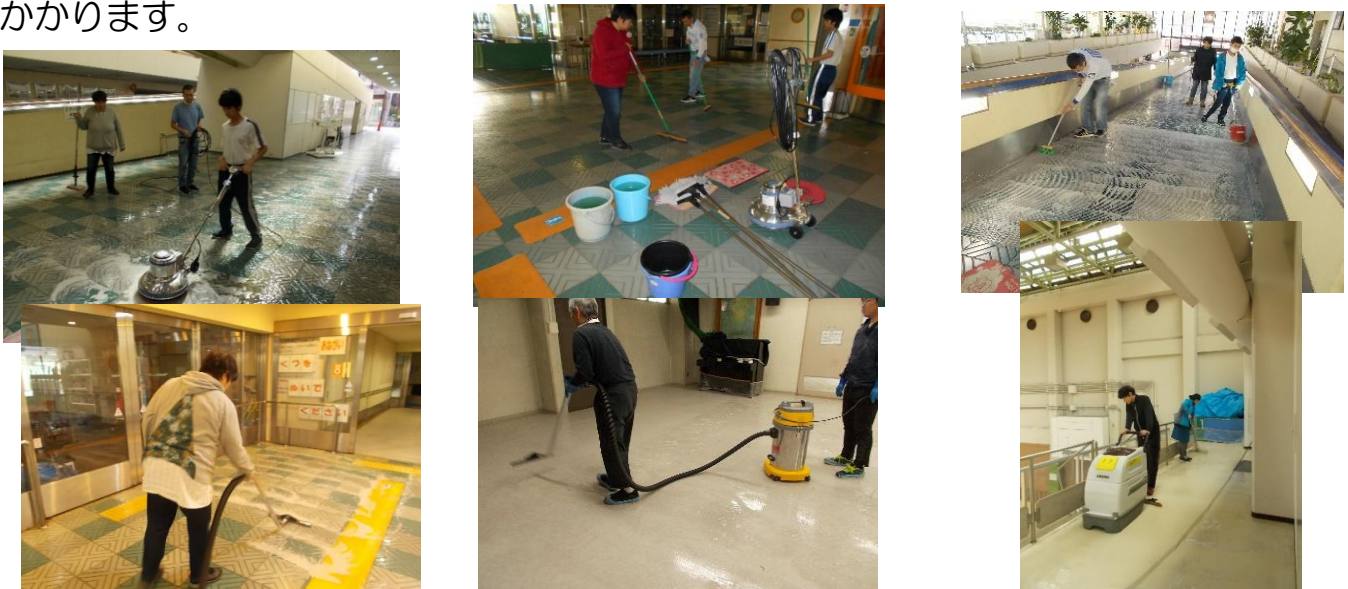
服 部 霊園清掃

12月4日（水）・5日（木）13時～16時 落ち葉掃除などしてきました。毎年恒例になり、作業参加を楽しみにしている利用者さんもおられます。寒い中お疲れ様でした。



なが 長 居清掃の様子

機械を使った清掃の様子です、ポリッシャーで磨いたり、汚れた液をバキュームで吸い取りさらに、洗浄機をかけ汚れをとります。機械にとまどい慣れるのに時間がかかります。



年末年始の過ごし方

今年も残すところわずかとなりました。これからの時期、食べたり飲んだりするイベントがいっぱい。毎年、年末・年始太りになってしまう！そんな方におすすめする、年末年始の過ごし方や、食事や運動習慣のワンポイントアドバイスをお伝えします。

ひと口目は「野菜」からたべる。正月のおせちは肉魚類などの加工品が多く、野菜や乳製品などが不足しがちです。大根なますや野菜の煮物、サラダを意識してたべるようにしましょう。お餅はお汁粉より、野菜入りのお雑煮がおすすめです。

1日1回は外にでる。寒いからといって家に閉じこもっていると運動不足になります。買い物や散歩など、できるだけ外にできるようにしましょう。また、テレビをみながら、雑誌を読みながらなどの【ながら食べ】は気づかないうちに食べ過ぎてしまうこともあるので、注意してくださいね。体重測定も忘れずに、年末年始を楽しく過ごしましょう。



1月の給食目標 **好き嫌いをしないで残さず食べる**

就労支援プログラム

12月20日（金）に就労支援プログラムがおこなわれました。受講されている利用者さんの様子です。今後の就職に向けて生かしていただければと期待をしております。



年末年始の休所日について

先月号の千里だよりも記載していますが、下記の通りの予定で当所は年末年始の休みとなります。

年内の開所日：12月27日 金曜日まで

年始の開所日：1月6日 月曜日から

12月28日から1月5日までは休所日となります。



※1月6日（月）の午後より新年会を予定しています。内容についてはお楽しみに！