

# 千里だより



## トピックス

### 6 月の予定



1 日 (水)	つきはじ かい 月初めの会
10 日 (金)	かつどう クラブ活動
20 日 (月)	えいようきょうしつ きゅうしよくいんかい 栄養教室、給食委員会
25 日 (水)	こうちん しきゅうび 工賃支給日
30 日 (木)	お かい 終わりの会
	ほごしゃ さんかん 保護者参観

1 面	6月の予定
2 面	しゅうろくえん 就労支援プログラム報告
3 面	えいようし 栄養士より
4 面	6月の献立表

### 所長からのひとこと



早いもので、まもなく梅雨の季節に入り、ジメジメとした大変不快な気候になります。雨が多く晴れ間が少ない季節になりますが、日ごろから体調管理や食生活の管理に気を付けて、休まずに出勤するようにしていただきたいと思ひます。また、これから暑さがどんどん厳しくなる季節でもあります。作業部署によっては室温が30度近くになる部屋もあり、定期休憩時間以外に給水タイムを設けて仕事をいただひています。体調不良時には職員への報告をお願いするとともに、無理のない程度に作業に取り組んでいただひくようお願いします。

さて、6月は毎年恒例となりつつある「保護者参観」を、6～7月にかけて複数日で行う予定にしています。今年度は連続した日程では実施しませんが、日ごろ当所の活動に興味がありながらお仕事で予定がつかないという保護者の皆様方に、是非この機会に来所頂ひますようご案内申し上げます。なお、詳細については、後日通知文にてお知らせ致しますのでよろしくお願ひします。

クラブ	活動内容(予定)	準備品
音楽クラブ	カラオケ	
スポーツクラブ	ボーリング、ダーツ	お茶、タオル
美術クラブ	作品づくり	



## 就労支援プログラム 報告

昨年度より、就労移行を利用されている人と一部、B型の利用者の方を対象に年間を通して就労に関する様々なプログラムをおこないます。（1ヶ月に1から2回程度）

4月については「仕事アンケート」希望職種、条件の聞き取り、外部講師による講義「自分の意志を伝える練習」をおこないました。

5月はパソコン講習（希望者の中より）また、4月より続いてテキストを使用したビジネスマナー講習をおこないました。講義や講習は定期的におこなう予定です。

今後は「就職活動講習」をおこなう予定で、実際にハローワークの方より説明をしていただく求人票の見方、履歴書・職務経歴書の書き方、模擬面接などを検討中です。求人票の見方では、見方、見るポイント、気を付けるところや用語の解説などをおこないます。

履歴書の書き方では、意味や書き方のポイントの解説をおこないます。模擬面接では、本人の希望職種、条件にそった模擬用求人票を用意し（予定）模擬面接をおこないポイントの整理や表現方法のアドバイスをいただきます。また最初の模擬面接を踏まえて、10月に実施される「合同就職面接会」に向けて具体的に応募予定している企業を想定した模擬面接を実施しアドバイスをいただきます。

その他には昨年もおこなった身だしなみ、メイク講座などを予定しています。日程が決定し近くなりましたら参加対象者の方にはお知らせいたします。

（プログラム内容については、日程や講師の方の予定があるため変更や中止になる場合もありますのでご了承ください）



## 作業室、廊下の片付けについて

日頃より、各作業室の片付けや、掃除を毎日しているとは思いますが、作業終了時だけでなく、作業時間中の物の（出来上がりや部材等）配置に気を付けるようところがけましょう。

**※作業室や通路の真ん中に部材や出来上がりが入った箱を置かない。**

**※段ボールや、コンテナは高く積み過ぎない。丁寧に積む。**

**※荷物を持って移動する時に近くに人がいる場合は声をかける。**

事故やケガのないよう注意を払うことは仕事をする上で大切な事です。まず、自分自身ができる範囲から気を付けていきましょう。



## の もの どうぶん かん きじゅん 飲み物の糖分に関する基準

いんりょう どうぶんがんにゅうりょうかん ふく ひく きょうちよむようじ ばあい  
飲料の糖分含有量に関して「含まない」や「低い」といった強調表示の場合  
か き きじゅん ち さだ  
下記のように基準値が定められています。

★糖類が100mlあたり0.5g未満の飲料製品  
「無糖」「糖類ゼロ」などの表示を使用してもよい

★糖類が100mlあたり2.5g未満の飲料製品  
「微糖」「低糖」「糖分ひかえめ」などの表示を使用してもよい

基準となる糖類はショ糖・果糖・ブドウ糖・乳糖・麦芽糖など含まれる糖分の合計のことで、

「甘さひかえめ」などといった表現は、あくまで味覚に関する表示であり、強調表示ではないので、  
「糖類の含有量が少ない」という意味合いではないことを注意しましょう。



がつ きゅうしょもくひょう  
6月の給食目標 「ゆっくりよく噛んで食べましょう！」

## しよく 食

ちゅうどく きを つけ まし ょう  
中毒に気を付けましょう

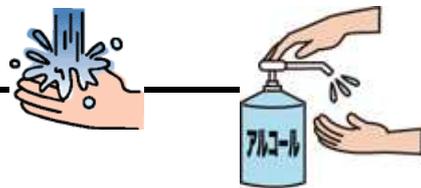
つ ゆ はじ じ き すこ しよくちゅうどく ふ  
梅雨が始まる時期からは少しずつ、食中毒のニュースが増えてきます。

0-157やノロウィルス、サルモネラ菌や黄色ブドウ球菌など一度は皆さんも耳にしたことがあるのではないのでしょうか？

これらの食中毒を予防するのに有効なのが、手洗いと消毒です。

さぎょうしゅつ きん じ きゅうけい じ あと しよくじ まえ とく しよくじ まえ しよくちゅうどく わす  
作業出勤時 休憩時 トイレの後 食事の前 特に食事の前には消毒も忘れないようにし  
ましょう。

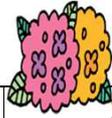
また せいけつ すいぶん ふ と たいせつ しよくちゅうどく  
又、清潔なタオルやハンカチでしっかりと水分を拭き取ることも大切です。(使用している  
タオルやハンカチを他の人に貸すことは控えましょう)



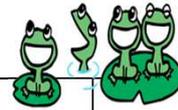
## ほごしゃさんかんじっし 保護者参観実施のお知らせ

がつ にち もく じ ほごしゃさんかん じっし よてい こんかい とく  
6月30日(木)14時より保護者参観を実施する予定です。今回はKDDIチャレンジド(KDDI特  
れいこがいはや かた こうし まね  
例子会社)の方を講師にお招きし、スマートフォンの使い方について講習会をおこないます。  
SNSの使い方やマナーなどを具体的な実例等をもとにお話ししていただく予定です。保護者  
つか かた ぐたいてき じつれいとう はな よてい ほごしゃ  
の方には、ご一緒に聞いていただく中で、ご本人にどのように携帯電話を持たせ、家族はど  
かた いたっしょ き なか ほんにん けいたいでんわ も かぞく  
のように関わっていくのかを考える機会にさせていただけたらと思います。又、7月にも実施(内  
よう こと よてい  
容は異なります)を予定しています。

しょうさい き しよめん し  
詳細が決まりましたら、書面にてお知らせいたします。



# 6月献立表



	月	火	水	木	金
昼食			1	2	3
			ごはん アジのカレー風味揚げ ちんげん菜おかか和え ぼんさんすう 拌三絲 す 清まし汁 フルーチェ	ごはん ぎゅうにく だいこん にももの 牛肉と大根の煮物 じゃが芋のソテー もやしの和え物 みそしる 味噌汁 (ふ)	ごはん 豚肉のソテー パッシュェドチーズ こんにやく 甘辛炒め煮 ほくまいきらだ 白菜サラダ みそしる 味噌汁 (とうふ)
			174kcal 蛋白質 27.5g	174kcal 蛋白質 25.7g	174kcal 蛋白質 29.1g
昼食	6	7	8	9	10
	ゆかりごはん かやくうどん キャベツ味噌炒め ころっけ コロッケ	ごはん ぎゅうにく すた み ない た 牛肉のスタミナ炒め たるたる和え すのもの 酢の物 みそしる 味噌汁 (はくさい)	ごはん ぶり 照り焼き かぼちゃ煮 たまごとうふ 玉子豆腐 みそしる 味噌汁 (うずまきふ)	ごはん めんち かつ メンチカツ こまつな ひたし 小松菜お浸し や な す 焼きナス みそしる 味噌汁 (たまねぎ)	ごはん はっさい 八宝菜 きんぴらごぼう ひやっこ 冷奴 みそしる 味噌汁 (だいこん) あお 青りんごゼリー
	174kcal 蛋白質 26.0g	174kcal 蛋白質 27.8g	174kcal 蛋白質 32.9g	174kcal 蛋白質 20.9g	174kcal 蛋白質 26.4g
昼食	13	14	15	16	17
	とりそぼろ丼 なむる ナムル はるまき 春巻き みそしる 味噌汁 (うずまきふ)	ごはん 豚肉生姜焼き ちくわ炒り煮 あまずあ 甘酢和え みそしる 味噌汁 ふるーっかん フルーツ缶	ごはん とり からあ 鶏の唐揚げ きんもも 里芋煮 ごま和え みそしる 味噌汁 (ふ)	ごはん すきやき煮 すばげ て い きらだ スパゲティサラダ あげきょうざ 揚げキョウザ かき卵汁 たまご かき卵汁	ごはん しろみ かな び かつ た 白身魚のピカタ きりぼし だいこん に 切干大根煮 しょうが あ 生姜和え みそしる 味噌汁 ちよこれーと ばばろ あ チョコレートババロア
	174kcal 蛋白質 29.0g	174kcal 蛋白質 29.5g	174kcal 蛋白質 31.5g	174kcal 蛋白質 30.5g	174kcal 蛋白質 32.9g
昼食	20	21	22	23	24
	A ハやしライス A すーぶ B 菜飯 B ひやしぶっかけうどん じゃが芋煮 ふるーっかんてん フルーツ寒天	ごはん さかなの梅香焼き 魚の梅香焼き こうやに 高野煮 いそか あ 磯香和え みそしる 味噌汁 (かぼちゃ)	ごはん あばら 麻婆春雨 レンコンの揚げ出し はくさい ちゅうか あ 白菜中華和え ちゅうか すーぶ 中華スープ	ちきん かつ かつ くれー チキンカツカレー やまい きらだ 野菜サラダ こん そ め すーぶ コンソメスープ よーぐると ヨーグルト	ごはん ぶたにく ちやんぶるー 豚肉のチャンプルー た あ 炊き合わせ こまつな 小松菜おかか和え みそしる 味噌汁 (きやべつ)
	A 174kcal 蛋白質 21.4g B 174kcal 蛋白質 18.6g	174kcal 蛋白質 30.4g	174kcal 蛋白質 18.7g	174kcal 蛋白質 21.6g	174kcal 蛋白質 29.9g
昼食	27	28	29	30	
	わかめごはん トシヨツラニメツ インゲン 和え物 蒸しシュウマイ	ごはん わふうはん ばんごう 和風ハンバーグ やまい そ てー 野菜ソテー ばいにく あ 梅肉和え みそしる 味噌汁 (ふ) みかんゼリー	ごはん さかなのしょうがに 魚の生姜煮 にくだんご 肉団子 ゆかり和え みそしる 味噌汁 (たまねぎ)	ごはん ぱーべきゅー ちきん バーベキューチキン ぶろっこ りー きらだ ブロッコリーサラダ はくまい つ な 白菜ツナ和え みそしる 味噌汁 (うずまきふ)	
	174kcal 蛋白質 23.4g	174kcal 蛋白質 28.0g	174kcal 蛋白質 42.2g	174kcal 蛋白質 33.7g	