

千里だより

6 月

388 号

しゃかいほけん
社会福祉法人
おおさかしょうがいしゃくし
大阪市障害者福祉・スポーツ協会

ワークセンター千里



の 予定

| | |
|------------|-----------------------------|
| 1 日 (木) | つきはじ かい 月初めの会 |
| 15 日 (木) | せいじんびょうほぼうしつ 成人病予防教室 |
| 19 日 (月) | きゅうしよくけんとういんかい 給食検討委員会 |
| 26 日 (月) | こうちんしきゅうび 工賃支給日 |
| 30 日 (金) | お かい しんぶんはつこう 終わりの会、新聞発行 |

現在の利用者数

しゅうろうけいぞくしえん かた めい いこう しえん めい
就労継続支援B型58名/ 移行支援3名
ごうけい めい
合計 61名

トピックス

| | |
|--------|---|
| 1 めん 面 | がつ よてい 6月の予定 しよちよう 所長からのひとこと |
| 2 めん 面 | きぎょうじかん 作業時間がかかります |
| 3 めん 面 | けんこう 健康コラム せんり つく しょうひんはっけん 千里で作っている商品を発見 ミニビジネスマナー講座 |
| 4 めん 面 | がつ こんだてひょう 6月の献立表 |

所長からのひとこと

6月になり、梅雨の季節がやってきました。今年は、例年に比べ梅雨入りが早く、5月29日になりました。5月の梅雨入りは10年ぶり。とのこと。「異常気象による天候不順」と言われていますが、いつもよりも早い梅雨入りも異常気象による影響なのではないでしょうか？

さて、6月は「梅雨」でジトジトジメジメし、体感的にも不快を感じる季節ですが、一方で、湿度が高い時期、夜になるとぼんやりと光るホタルを見れる季節でもあります。私が住んでいる地区では、これから6月中旬にかけて、夜になるとホタルが飛んでいる姿をよく見かけられるようになります。仕事の帰りにホタルが光っている姿を見かけると、足を止めてしばらく見入ってしまいます。(捕まえてくなりますが・・・捕まえてもすぐに死んでしまうので。見るだけにしています。)

私が子供のころは、小川の近くにはたくさんのホタルが乱舞していたのですが・・・今では、数えるほどの数しか見かけなくなりました。これも異常気象によるものなのか？それとも、川が汚れてきているためなのか？いずれにしても人間の生活が小さな虫などに悪影響を与え、自然が壊されてきている結果かもしれないね。

これから、大変過ごしにくい気温になります。7月中頃の梅雨明けまで、嫌な気候にはなりますが、ホタルの光のように心安らぐこともあります。体調管理に気を付けながら、本格的な夏を乗り切っていきましょう。

<< 休憩時の食堂の使い方について >>

お茶を飲むときは順番に並びましょう。お茶を汲んだら、椅子に座って飲みましょう。食堂内で話をするときはマスクをしましょう。ご協力をお願いします。

作業時間が変わります。

5月8日に厚生労働省より、新型コロナウイルス感染症扱いが変更となりました。そのため、ワークセンター千里においては、6月1日より利用時間を9時00分から16時00分までといたします。

【変わる部分】

- 作業時間が9時00分から16時までとなります。
- 1か月毎に、朝礼と終礼をする場所が、食堂と作業室で、ひと月ごとの交代制になります。
- 作業を終えて着替える際には、終礼前に着替える月と終礼後に着替える月の交代制になります。指定された時間内で着替えて頂きますよう、ご協力をお願いします。

【作業スケジュール】

<食堂で朝礼、終礼をする月>

朝礼 9:00
 第1クール 9:00 から 10:30 まで
 休憩 10:30 から 10:40 まで
 第2クール 10:40 から 11:55 まで
 食堂掃除 13:15 から
 第3クール 12:55 から 14:30 まで
 休憩 14:30 から 14:45 まで
 第4クール 14:45 から 15:50 まで
 トイレ掃除 15:45 から
 他の掃除 15:50 から
 終礼 16:00 (終礼後更衣)

<作業室で朝礼、終礼する月>

朝礼 9:00 (作業室にて)
 第1クール 9:00 から 10:45 まで
 休憩 10:45 から 10:55 まで
 第2クール 10:55 から 12:15 まで
 昼休憩 12:15 から 13:15 まで
 食堂掃除 13:15 から
 第3クール 13:15 から 14:45 まで
 休憩 14:45 から 15:00 まで
 第4クール 15:00 から 15:40 まで
 トイレ掃除 15:35 から
 他の掃除 15:40 から
 更衣 15:50 から (終礼前に着替えます)
 終礼 16:00 (作業室で終礼します)



梅雨～夏は食中毒のシーズン！

高温多湿の梅雨～夏の時期は食中毒の原因となる細菌が増えやすいシーズンです。

O-157などの「腸管出血性大腸菌」や「カンピロバクター」、「サルモネラ」など、主に食肉に付着しやすい細菌です。サルモネラ菌は卵にも付着します。

食材だけでなく手洗い・調理器具洗いも徹底して、細菌を「付けない」

肉を焼きながら食べる際は、生肉と他の食材が血の上などで触れないように注意し、生肉用の箸やトングと他の食材用のものを分けるようにしましょう。

速やかに低温の場所へ収納・保存して、細菌を「増やさない」

冷蔵庫の詰めすぎは、庫内の温度が上がりやすいので気をつけましょう。

食材は加熱調理、調理器具は熱湯・消毒で、細菌を「やっつける」

加熱調理する際は、中心までしっかりと火を通しましょう。

6月の給食目標 感謝の気持ちを込めておいしく食べましょう。



せん

千里で作っている商品を見かけました。

先日、職員の矢嶋さんより、「千里で作っている商品をお店で見かけました！」と報告がありました。洗濯機関連の部品組み立て、パック作業の商品です。

店頭で並んでいるところを写真に撮ってきて頂けました。自分たちの作業で作ったものがお店に並んでいて、それが売れることで得たお金が工賃として皆さんの手元にお渡しできます。

毎日頑張って良い商品を作るよう、順番や重さ、おかしなところがないか確認すること、自分が作った部品が指示通り作れているか、意識を集中できるとよいですね。



自分のイメージをしっかり持ち 目標を決めてみませんか？

ニビジネスマナー講座



このコーナーでは、ワークセンター千里で過ごしていくなかで、作業に対する様々な考え方や、取り組む姿勢などを中心に、「もっと良い方向に進めてみませんか？」と提案をしたいと思っております。今回は「ほうれんそう」です。毎日作業に取り組む中で、材料や重さなどが種類ごとで変わります。作業においては、材料の重さで正しくできているか等の判断をするときがあるので、報告をするように指示が出ているときは、とても大切なこととなります。繰り返しの内容で面倒に感じることもあるかもしれませんが、お互いが確認することで間違いがないことを確認しています。また企業からそうするよう指示を受けているので、作業に取り組む際にはしっかりと指示を守るようにしましょう。

現場：ワークセンター千里



6月献立表



| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|---|--|--|--|---|---|
| 食 | | | | 1 | 2 |
| | | | | ごはん チキン味噌マヨ焼き 青梗菜酢のもの こんにゃく煮物 すまし汁(とうふ) | ハッシュドポーク スパゲティサラダ スープ(こまつな) 牛乳ゼリー |
| | | | | I341 - 681kcal 蛋白質 25g | I341 - 811kcal 蛋白質 22.5g |
| | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 食 | ごはん 春巻き 中華スープ(コーン) もも缶 | ごはん 鰯の焼き南蛮 青梗菜煮浸し ピーンスサラダ 味噌汁(ぎゃべつ) | ごはん マーボー春雨 コロッケ ほうれん草のおかか和え スープ(もやし) | ごはん 豚しょうが焼き きんぴらごぼう インゲンのマヨネーズ和え 味噌汁(うずまきふ) | ごはん 鶏のから揚げ 里芋煮 小松菜ごま和え 味噌汁(ふ) |
| | I341 - 777kcal 蛋白質 17.2g | I341 - 612kcal 蛋白質 21.3g | I341 - 742kcal 蛋白質 16.2g | I341 - 664kcal 蛋白質 20.7g | I341 - 736kcal 蛋白質 27.6g |
| | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 食 | ★ご当地メニュー 滋賀★ 菜飯 ★近江ちゃんぼん 高野煮 オレンジ | ごはん とんかつ 大根煮 もやしの和え物 味噌汁(じゃがいも) | ごはん チキンマリネ 蒸しシュウマイ カリフラウーのサラダ 味噌汁(うずまきふ) | ごはん 牛肉の柳川風 ブロッコリーツナ和え 白菜煮びたし 味噌汁(ふ) | ごはん 白身魚ライタルタルソース 豚肉とアスパラ炒め 小松菜の和え物 すまし汁(そうめん) |
| | I341 - 759kcal 蛋白質 29g | I341 - 633kcal 蛋白質 20.1g | I341 - 684kcal 蛋白質 29.6g | I341 - 652kcal 蛋白質 23g | I341 - 673kcal 蛋白質 21.2g |
| | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| 食 | A 白湯ラーメン B カレーうどん わかめごはん 肉団子 サイダーゼリー | ごはん 鶏チリ 青梗菜ソテー 野菜サラダ コンソメスープ(しいたけ) | ごはん アジの竜田揚げ 小松菜ゆかり和え たけのこ土佐煮 味噌汁(たまねぎ) | ごはん とんてき 甘辛ごぼう 大根梅肉和え 味噌汁(うずまきふ) | ごはん メンチカツ ほうれん草のしらす和え 茄子のお浸し 味噌汁(だいこん) |
| | A I341 - 742kcal 蛋白質 22g B I341 - 882kcal 蛋白質 23.5g | I341 - 724kcal 蛋白質 26g | I341 - 635kcal 蛋白質 22.3g | I341 - 670kcal 蛋白質 24.8g | I341 - 683kcal 蛋白質 18.1g |
| | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| 食 | 親子丼 れんこんそぼろ煮 青梗菜ボン酢和え 味噌汁(ふ) かすたードワッフル | ごはん ハンバーグとマトソース じゃーまんポテト 小松菜和え物 味噌汁(もやし) | ごはん 豚肉カレー風味炒め 炊き合わせ(がんも) 三色なます 味噌汁(おくら) | ごはん 魚の梅香焼き じゃがいも煮 青梗菜磯香和え 味噌汁(うずまきふ) | ごはん 焼きそば 豆腐田楽 小松菜甘酢和え すまし汁(そうめん) |
| | I341 - 759kcal 蛋白質 25.9g | I341 - 704kcal 蛋白質 22.7g | I341 - 578kcal 蛋白質 21.9g | I341 - 586kcal 蛋白質 21.5g | I341 - 753kcal 蛋白質 30g |