

1 日 (木)	つきはじめの会
3 日 (土)	けんぽうきねんび きゅうしよび 憲法記念日(休所日)
4 日 (日)	みどりのひ きゅうしよび みどりの日(休所日)
5 日 (月)	こどものひ きゅうしよび こどもの日(休所日)
6 日 (火)	ふりかえきゅうじつきゅうしよび 振替休日(休所日)
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)	つきお 月終わりの会
現在の利用者数	しゅうろうけいぞくせん かつた めい いこう しせん めい 就労継続支援B型53名/ 移行支援2名 合計 55 名

1	めん 面	がつ よてい 5月の予定 しよちよう 所長からのひとこと
2	めん 面	はる 春のレクリエーションの報告 PART1 ニフレル編
3	めん 面	けんこう 健康コラム じんじ いどう 人事異動のお知らせ ちやくにん 着任のあいさつ
4	めん 面	がつ こんだてひよう 5月の献立表

うり

売 上げ報告(作業種類ごと) 令和6年度分売上(概算)

しせつがいさぎよう 施設外作業	2,897,000円	
しせつないさぎよう 施設内作業①	5,767,000円	(①組立・加工作業)
しせつないさぎよう 施設内作業②	3,843,000円	(②封入・袋入れ)
		いねんかん 一年間ありがとうございました。
		ごうけい 合計 12,507,000円

<所長からのひとこと>

4月に野林所長から「ワークセンター千里の所長」のバトンを佐々木が受け取って1ヶ月がたちました。新しく仲間に加わった永井支援係長と他の職員の皆さんと一緒に、これからも利用者の方々の「働きたい」を支えていきたいと思ひます。

令和6年度3月分(4月支払い分)の工賃では特別工賃をお支払いすることができました。この一年間みなさんが作業や施設外就労、万博公園の清掃などを一生懸命がんばっていただきありがとうございました。令和7年度も少しでも工賃が増えるような取り組みをしていきたいと思ひます。これからもよろしくお願ひいたします。

5月です。大型連休ですね。お出かけしたり、ゆっくりしたりそれぞれに楽しく過ごしてくださいね。また、これからも急に暑くなったり、肌寒くなったりすることがまだまだしばらく続くかと思われまひす。食事や生活リズムをととのえて、健康第一でいきましょう！

<<体調管理についてのお願ひ>> インフルエンザ、ノロウイルスなどの感染症が流行っていますので、こまめな手洗ひとうがい、マスク着用を心がけてください。

はる

春のレクリエーション PART1 ニフレル編の実施報告

3月29日(土)、日頃から作業を頑張ってくださっている皆さんへのお礼として
春のレクリエーション「ニフレル」見学と、千里阪急ホテルにてテーブルマナー教室
を実施しました。



初めに訪れたニフレルでは丁度「あなたも愉快な生きものだ！展」が開催されており、
いつにも増して面白い生きものたちが展示されていて、皆さん思い思いに楽しむことが
できたのではないかと思います。

ニフレルを見学した後は、千里阪急ホテルにてテーブルマナー教室を開催
しましたが、詳細は次号に掲載しますので楽しみにお待ちください！



朝のあいさつ



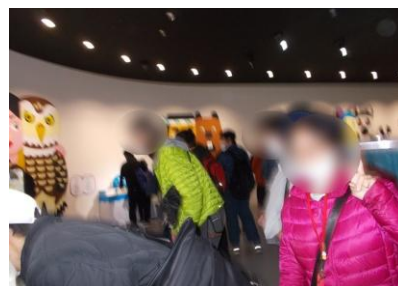
山田駅



ニフレル前



ニフレル1階



ニフレル2階



春のレクリエーション PART2 テーブルマナー編は次回にご期待！



健康コラム



五月病ってどんな病気？

症状としては、やる気がなくなり、無気力になる、食欲がない、ぐっすり眠れない、頭痛やめまいがする、会社に行きたくないなどがあります。

病院では、適応障害と診断されることもあり、ほっておくと、うつ病など症状が悪化することもあるので早めにケアすることが必要です。

五月病の対策には起床・就寝の生活リズムを整えることが重要です。



決まった時間に起きて、朝の太陽の光を浴び、体内時計を整えましょう。

五月病になると、セロトニンが減るといわれています。このセロトニンは「幸せホルモン」と呼ばれます。肉や魚、卵、チーズなどの乳製品に多く含まれ良質なたんぱく質を含む豚肉、鶏肉がおすすめの食材です。

ピーマン、パプリカ、トマトはリラックス効果を高めます。



5月の給食目標

列に並び、あせらず・急がず給食を取りましょう！

じん

人事異動のお知らせ

4月1日付で人事異動があり、平成22年4月から当センターに勤務されていた野林所長がワークセンター中授へ異動となり、佐々木係長が所長に就任され、ワークセンター中授より永井係長が着任されました。

ちゃく

着任のあいさつ

4月からワークセンター千里で勤務になりました永井由美子です。

ワークセンター中授の前は長居・舞洲障がい者スポーツセンターで働いていました。

ワークセンター千里の利用者さんの中には、スポーツセンターでお会いしたことがある方が数名おられ、久しぶりに再会できて嬉しかったです。

ワークセンター千里周辺はワークセンター中授と違い、のどかで静かです。

草刈りに、たけのこほりなどアウトドア作業が盛りだくさんで聞いているので日焼け止め、帽子、サングラスを常備して少しずつアウトドア作業にも挑戦していきたいと思っています。

そして、作業以外にも皆さんと一緒にたくさんの楽しいことをやりたいと考えています。どうぞよろしくお願ひいたします。

よろしく
お願ひします！





5月献立表



	月	火	水	木	金
				1	2
メニュー				ごはん あじ なんばんづ 鰯の南蛮漬け さといも に 里芋そぼろ煮 きゃべつサラダ みそしる 味噌汁(もやし)	ごはん きのこハンバーグ かぼちゃ ぶく に 南瓜の含め煮 ほうれん草土佐和え みそしる 味噌汁(うずまきふ)
				1日分 - 687kcal 蛋白質 23.1g	1日分 - 699kcal 蛋白質 23.9g
	5	6	7	8	9
メニュー	こどもの日	振替休日	なめし 菜飯 きつねうどん ちんげんさい す もの 青梗菜の酢のもの みにめんちかつ ミニメンチカツ	ごはん とりにく じ ぶ に 鶏肉の治部煮 まかろにさらだ はくさいにびた 白菜煮浸し みそしる 味噌汁(ふ)	ごはん にくだんご あまず 肉団子の甘酢あん かいそうさらだ 海草サラダ 里芋含め煮 みそしる 味噌汁(ちんげんさい)
			1日分 - 733kcal 蛋白質 22.1g	1日分 - 748kcal 蛋白質 32.7g	1日分 - 667kcal 蛋白質 16.5g
	12	13	14	15	16
メニュー	そーす かつどん ソースカツ丼 小松菜 しょうが あ 小松菜の生姜和え みそしる(ふ) おれんじ オレンジ	ごはん しろみさかな 白身魚のマヨネーズ焼き まかろにそてー マカロニソテー ちんげんさいすのもの チンゲン菜酢のもの すーぶ スープ(とうふ)	ごはん にく 肉じゃが はるまき 春巻き もやしどれっしんぐ 和え みそしる 味噌汁(うずまきふ)	ごはん てりやきチキン はくさい 白菜ゆかり和え きりほだいこんに 切干大根煮 みそしる 味噌汁(たまねぎ)	ごはん ぶたにく そてー 豚肉のソーおろしソース ほうれん草しらす和え た あ 炊き合わせ みそしる 味噌汁(だいこん)
	1日分 - 744kcal 蛋白質 20.1g	1日分 - 549kcal 蛋白質 19.4g	1日分 - 772kcal 蛋白質 20.2g	1日分 - 690kcal 蛋白質 26.9g	1日分 - 659kcal 蛋白質 25.8g
	19	20	21	22	23
メニュー	A とりなんばん 鶏南蛮うどん B しおらーめん 塩ラーメン わかめごはん きゃべつ甘酢和え わらびもち	ごはん あじ かれーふうみや アジのカレー風味焼き ごぼうがたにく ごぼうと豚肉炒め すばげていさらだ スパゲティサラダ すまし汁(そうめん)	ごはん ぼーくびかた ボークビカタ じゃがいもに 煮 ほうれん草ごまあえ みそしる 味噌汁(きゃべつ)	ごはん ぶるこぎ ブルコギ お しゅうまい 蒸しシウマイ きゃべつすのもの キャベツ酢のもの ちゅうかすーぶ 中華スープ(ちんげんさい)	ごはん とりにく からあ 鶏肉の唐揚げ いんげんいた インゲン炒め なます みそしる 味噌汁(うずまきふ)
	A 1日分 - 779kcal 蛋白質 25.7g	1日分 - 651kcal 蛋白質 24g	1日分 - 673kcal 蛋白質 25.2g	1日分 - 670kcal 蛋白質 21.6g	1日分 - 729kcal 蛋白質 27.2g
	B 1日分 - 675kcal 蛋白質 20.9g				
	26	27	28	29	30
メニュー	キーマカレー きゃべつういんなーいため だいこんさらだ 大根サラダ バナナヨーグルト	ごはん とりにく 鶏肉トマトソース煮込み さんどまめいた 三度豆炒めもの きゃべつ あ もの キャベツの和え物 みそしる 味噌汁(ふ)	ごはん ぎゅうにく あつあ 牛肉と厚揚げの炒め物 かりふらわー どれあ カリフラワーごまドレ和え れんこん いなかに 煮 みそしる 味噌汁(ちんげんさい)	ごはん かれい いそべあ カレイの磯辺揚げ ビーフン炒め な はな すみそあ 菜の花の酢味噌和え すーぶ スープ(こーん)	ごはん ちきん みそまよや チキン味噌マヨ焼き ちんげんさいす もの 青梗菜酢のもの こんにやく煮物 すまし汁(とうふ)
	1日分 - 699kcal 蛋白質 17.1g	1日分 - 686kcal 蛋白質 27.4g	1日分 - 642kcal 蛋白質 23g	1日分 - 622kcal 蛋白質 23.5g	1日分 - 668kcal 蛋白質 25g