



令和 8 年 6 月末 発行
7 月
425 号
社会福祉法人大阪市障害者福祉・スポーツ協会
ワークセンター千里 発行



の予定

1 日 (水)	つきはじ 月初めの会
6 日 (月)	み 身だしなみ講座(2回目は13日)
20 日 (月)	うみ 海の白
21 日 (火)	きゅうしよくけんとういいんかい 給食検討委員会
24 日 (金)	こうちん しきゅうび 工賃支給日
31 日 (金)	つき お 月終わりの会



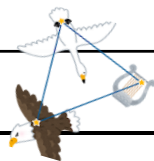
トピックス

1 面	7月の予定 所長からのひとこと
2 面	ほくが、すいどうきよく 草刈り作業の実施報告 北部水道局 草刈り作業の実施報告 はんたい とまなか けんがくかい 阪大 豊中キャンパス見学会の報告
3 面	けんこう コラム み 身だしなみ講座の実施について たなばた かざ つ 七夕の飾り付けをします
4 面	7月の献立表



現在の利用者数

しゅうろうけいぞくしえん かた 就労継続支援B型 52名
いこう しえん 移行支援 4名
ごうけい 合計 56 名



うり

売上げ報告(作業種類ごと)

しせつがいさぎょう 施設外作業	280,660円
しせつないさぎょう 施設内作業①	473,174円 (①組立・加工作業)
しせつないさぎょう 施設内作業②	360,099円 (②封入・袋入れ)

ごうけい 合計 1,113,933円

<所長からのひとこと>



早いもので7月になりました。梅雨に入り蒸し暑い日が続いています。

7月の季節の行事と言えば七夕ですね。七夕に笹を飾るのは、竹や笹が「神聖な植物」と考えられていたことに由来するそうです。

日本が本格的に稲作(米作り)を始めた古代(奈良時代)には「神聖な力を持つ道具」として信仰されていたそうです。一日で1メートル近く伸びる驚異的な成長力、冬でも枯れない強さと、まっすぐ天に向かって伸びる姿に力強い生命力を感じますね。

七夕は、そんな笹に「習い事が上手になりますように」「健康でありますように」「金運上昇」「豊漁や豊作」「厄除け」などの願いを込めた笹飾りを吊るし、天の神様に届ける風習です。

由来には他にも中国からの言い伝えなど諸説ありますが、いろいろと調べてみると興味深く楽しむことができます。

ワークセンター千里の周りには竹や笹がたくさん生えているので、「神聖」といわれると心が洗われる気持ちになります。

そのパワーを感じながら、これからの暑さも乗り越えていきましょう。



<<体調管理についてのお願い>> 梅雨の時期に入り蒸し暑くなってきましたので、熱中症にならないように水分補給と涼しい場所での休憩を心がけてください。

北 部水道事業所の草刈り作業を実施しました

昨年度に引き続き、大阪広域水道事業団 北部水道事業所での草刈り作業を6月8日(月)に実施しました。

今回は職員と利用者総勢18名で、一日草刈り・集草作業に取り組みました。当日はあいにくの雨模様でしたが、集草作業の終盤まで雨は降らず作業を完了することができました。

朝早くから参加された皆さん、ありがとうございました！

北部水道事業所 集草作業の様子



就 労支援プログラムを実施しました(阪大豊中キャンパス見学会)

移行就労支援プログラムの一環として、6月22日(月)に大阪大学 豊中キャンパスに6名で会社見学に行きました。

豊中キャンパスにはワークセンター千里の卒業生が、清掃チームの一員として働かれています。

第1クールは、豊中キャンパスの一部のエリアの駐輪場の整頓作業を見学しましたが、お天気の良い日は午前と午後2回、作業がおこなわれるそうです。

第2クールは、学舎前の草刈り作業を見学をしましたが、第1・2クールとも千里の卒業生の方の班を見学させていただきました。

見学後の感想としては、卒業生が効率的かつ丁寧に無駄な動きなく働かれている姿を見て、日々作業にどのように向き合えばよいかわかったとおっしゃられる方もおられました。

今回、卒業生が仕事をされている様子を見学できたことは、今後の方向性を考えるよい機会になったと思います。

阪大 豊中キャンパス 見学会の様子





健康コラム



★ 水分補給の大切さ

私たちの体は、半分以上が水分でできています。

体の水分量は大人で約60%、高齢になると約50%と言われています。

水分は栄養を運んだり、老廃物を輩出したり、体温を調節したりと生きていくために大切な働きをしています。

水分が不足すると、脱水状態または熱中症をひきおこします。

体からは尿や便として排泄される分、呼吸や皮膚から蒸発していく分など

毎日およそ2,500mlの水分が失われています。

★ 1日に水分はどのくらい飲むといい？

3食の食事に水分が1000ml含まれています。飲み物からは約1200ml～1500ml摂取できるように心がけましょう。



7月の給食目標

食器を返したら食堂を出ましょう。

身だしなみ講座の実施について(お知らせ)



今年度も「身だしなみ講座」を7月6日と13日に開催します。

今回はメイクアップを中心とした女性の方向けのコースが6日に、スキンケアを中心とした男性の方向けのコースを13日に予定しています。

おしゃれに興味のある方もそうでない方も、是非楽しみにしててください！



七夕のイベントについて(お知らせ)



季節が過ぎるのは早いもので、今年も半年が過ぎていよいよ7月になります。

7月のイベントといえば七夕ですが、今年も所内に七夕の笹を設置します。

事務所の窓口付近に短冊や飾りを用意しますので、皆さんで「ねがいごと」をたくさん書いて飾りつけをして七夕を楽しみましょう！

【笹の設置期間】 7月2日(木)～7月10日(金)まで(予定)



過去の飾りつけ風景①



過去の飾りつけ風景②



過去の飾りつけ風景③





7月献立表



曜日	月	火	水	木	金
メニュー			1	2	3
			ごはん 豚肉の香味ソース がんも煮 青梗菜の和え物 味噌汁(うずまきふ)	ごはん 鶏の唐揚げ 春雨の酢の物 こんにゃく炒め 味噌汁(たまねぎ)	ごはん スパゲティミートソース じゃーまんぽてと ブロッコリーマヨネーズ和え コンソメスープ
			114kcal 蛋白質 23.7g 脂質 14.5g 食塩 3.7g	114kcal 蛋白質 26.5g 脂質 28.1g 食塩 3.1g	114kcal 蛋白質 26.5g 脂質 27.1g 食塩 3.2g
メニュー	6	7	8	9	10
	ごはん ハンバーグ 大根サラダ 小松菜煮浸し 味噌汁(ふ)	★七タ★ 散らし寿司 ミニそうめん アジフライ 菜の花のごま味噌和え ブルーチーズ	ごはん カレーの煮つけ ビーフン炒め マカロニサラダ 味噌汁(おくら)	ごはん 豆腐と豚肉となすの炒め煮 里芋そぼろ煮 海藻サラダ 中華スープ(わかめ)	ごはん 鶏肉のピカタ 南瓜の含め煮 青梗菜 生姜あえ 味噌汁(きやべつ)
	114kcal 蛋白質 20.9g 脂質 17.4g 食塩 4.2g	114kcal 蛋白質 23g 脂質 19.1g 食塩 5.3g	114kcal 蛋白質 28.1g 脂質 15.6g 食塩 3.2g	114kcal 蛋白質 26.1g 脂質 12.7g 食塩 2.8g	114kcal 蛋白質 26.8g 脂質 19.9g 食塩 3.1g
メニュー	13	14	15	16	17
	A マーボー豆腐(甘口) B マーボー豆腐(辛口) ごはん ビーマン炒め わらびもち	ごはん 鶏肉の山賊焼き こんにゃくの煮物 冷奴 味噌汁(そうめん)	ごはん 豚肉スタミナ炒め 田舎煮 もやしのナムル 味噌汁(だいこん)	ごはん アジの照り焼き 豚肉とインゲン炒め 小松菜おろし和え 味噌汁(きやべつ)	ごはん チキン南蛮 れんこんきんぴら オクラのおかか和え 味噌汁(うずまきふ)
	114kcal 蛋白質 27.9g 脂質 22.1g 食塩 2g	114kcal 蛋白質 26.8g 脂質 20.3g 食塩 2.9g	114kcal 蛋白質 24.1g 脂質 15.4g 食塩 3.5g	114kcal 蛋白質 24.2g 脂質 15.2g 食塩 2.7g	114kcal 蛋白質 27.1g 脂質 29.1g 食塩 2.9g
	114kcal 蛋白質 27.4g 脂質 21.7g 食塩 2.1g				
メニュー	20	21	22	23	24
	うみのひ 	ご当地メニュー(北海道) ★豚丼(帯広) 小松菜ツナ和え 野菜スープ(きやべつ) ココアワッフル	ごはん 白身魚のピザ風焼き 茄子の揚げ出し 卵豆腐 味噌汁(だいこん)	ごはん 焼き鳥風 切り干し大根の炒め煮 青梗菜 梅肉和え 味噌汁(うずまきふ)	ごはん 味噌カツ 小松菜ゆかり和え わかたけ煮 すまし汁(とうふ)
		114kcal 蛋白質 24.4g 脂質 17.3g 食塩 2.9g	114kcal 蛋白質 25g 脂質 15.1g 食塩 4g	114kcal 蛋白質 29.2g 脂質 21.8g 食塩 2.9g	114kcal 蛋白質 21.7g 脂質 16g 食塩 3.9g
メニュー	27	28	29	30	31
	わかめご飯 冷しきつねうどん 白身魚フライ 青梗菜 土佐和え	ごはん 豚肉の塩だれ炒め ちくわとこんにゃくの煮物 小松菜の和え物 味噌汁(もやし)	ごはん 白身魚のマリネ 南瓜のクリーム煮 三度豆のごま和え すまし汁(うずまきふ)	ごはん チキンカツ 冬瓜水晶煮 青梗菜 磯錦糸あえ 味噌汁(ふ)	カレーライス インゲンソテー 野菜スープ レモンゼリー
	114kcal 蛋白質 24.3g 脂質 18g 食塩 4.4g	114kcal 蛋白質 21.1g 脂質 11.3g 食塩 3.4g	114kcal 蛋白質 20.4g 脂質 17.2g 食塩 3.5g	114kcal 蛋白質 23.8g 脂質 20.7g 食塩 3.2g	114kcal 蛋白質 18.8g 脂質 23.6g 食塩 3.1g