



令和 8 年 7 月末 発行
8 月号
426 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

3 日 (月)	つきはじめの会
11 日 (火)	山の白
17 日 (月)	給食検討委員会
25 日 (火)	工賃支給日
31 日 (月)	月終わりの会



トピックス

1	めん面	8月の予定 所長からのひとこと
2	めん面	土曜開所日 スクエアボッチャ教室 の報告
3	めん面	健康コラム お盆期間中の欠席届けについて スイカの寄付をいただきました
4	めん面	8月の献立表



げんざい りようしゃすう

現在の利用者数

就労継続支援B型 52名
移行支援 4名
合計 56名

うり

売 上げ報告(作業種類ごと)

施設外作業 71,978円
施設内作業① 559,295円 (①組立・加工作業)
施設内作業② 394,795円 (②封入・袋入れ)

ごうけい 1,026,068円



< 所長からのひとこと >



先日、吹田市危機管理室の担当者の方から、吹田市での防災(地震)への取り組みについて、お話を
していただく機会があり参加しました。

説明のポイントは①災害をイメージすること ②吹田市の取り組み ③日頃の備えについての3点で
す。パナソニックスタジアムに備蓄倉庫があり備蓄食料などを保管されていること、また各避難所
には避難所開設セットや感染症対策物品などが配備されていることなど、詳しいお話をお聞きする
ことができました。他にも防災行政無線の自動応答サービスをはじめ、防災に関する情報がホー
ムページに詳しく掲載されているそうです。各市においても同じよう情報がまとめられています
ので、ぜひ一度ご確認ください。公式LINEアカウントや防災アプリなども活用し、日頃の備えに役
立てていただけたらと思います。当所での取組についても適宜お伝えしてまいります。

先日、熊本県において阪神淡路大震災と同じ規模の震災が発生しました。

被災された皆様には、心よりお見舞い申し上げます。

安全と安心のために日頃の防災について一緒に考えていきましょう。



<< 体調管理についてのお願い >> 例年以上に暑い日が続いています。熱中症に気をつけて水
分補給と涼しい場所での休憩を心がけてください。

ど

土曜開所日の実施報告（スクエアボッチャ体験教室）

7月4日(土)10時より、土曜開所日のイベントとして、スポーツ教室「スクエアボッチャを体験してみよう」を実施しました。

当日は定着支援の方も含め23名の方たちが参加されました。前回に引き続いて千里寮さんの多目的ホールにて開催し、スポーツ振興室の植田さん、廣田さんにご協力いただきました。

前半は、ミュージックケア(バルーンや鳴子などを使って音楽に合わせての体操)で楽しく体を動かし、後半はスクエアボッチャの体験をしました。

普通のボッチャと違い4チームで対戦できるので、特にグループ対抗戦は白熱した試合展開となりました。

秋にも土曜開所日のレクリエーションを企画していますので、楽しみにしてください！



参加していただいたみなさま、大変お疲れさまでした！





★ 夏バテ防止には？

： 疲労回復の王道 ビタミンB1

糖質をエネルギーに変えるため、夏バテ防止に欠かせない栄養素です。

おすすめ食材…豚肉、うなぎ、大豆 製品など。 ニンニクやニラ、玉ねぎに
含まれる「アリシン」と一緒に取ると効果アップします。

おすすめメニュー…豚肉と夏野菜の冷しゃぶ、うな丼



： 食欲増進と疲労 回復 クエン酸

酸味成分が唾液や胃酸の分泌を促し、食欲を増進させます。

おすすめ食材…梅干し、レモン、お酢、トマトなど。



おすすめメニュー…トマトと卵のスープ、キュウリとわかめの酢のもの

： 朝から元気をチャージ タンパク質

筋肉や血液など体を作る基になります。朝食で食べましょう(ハム、卵、チーズなど)

8月の給食目標 なるべく残さず食べましょう。



お 盆期間中の欠席について(お願い)

先日はお盆期間中の出欠 確認票をご提出いただきありがとうございました。
お盆期間中もワークセンター千里はカレンダーどおりに開所していますが、
旅行などで急に欠席されることになりましたらお早めにお知らせください。
給食を手配する必要がありますので、ご協力の程をお願いいたします。



夏 の恒例行事 スイカの寄付をいただきました(報告)



夏の風物詩として、毎年楽しみにされている方も多いのではないのでしょうか？

今年も、佐竹食品 株式会社さまより、おいしいスイカの寄付をいただきました！

前年同様に、鳥取県倉吉産の見事な大玉スイカを贈っていただきました。

いただいたスイカは、7月23日(木)と24日(金)の休憩 時間に皆さまへお配りしました。

食堂では、「甘くてすくおいしい！」「冷たくて最高！」「と、大変な好評をいただきました。

暑さも吹き飛ば、素敵なひとときとなりました。

佐竹食品株式会社さま、おいしいスイカをありがとうございました！





8月献立表



	月	火	水	木	金
	3	4	5	6	7
メニュー	三色丼 春巻き わかめスープ もも缶	ごはん 鶏肉の唐揚げ 大根中華和え 冬瓜のあんかけ 味噌汁(ほうれん草)	ごはん 白身魚のネギソース 青梗菜の磯香和え 五目豆 味噌汁(こまつな)	ごはん とんかつ 茄子煮浸し ブロッコリードレッシング和え 味噌汁(うずまきふ)	ご当地メニュー(兵庫) ★そばめし ローるきやべつコンソメ煮 ツナサラダ 野菜スープ
	I&M* - 802kcal 蛋白質 22.8g	I&M* - 767kcal 蛋白質 26.6g	I&M* - 550kcal 蛋白質 25g	I&M* - 758kcal 蛋白質 21.8g	I&M* - 589kcal 蛋白質 24.4g
	脂質 27.5g 食塩 2.6g	脂質 28.3g 食塩 3.1g	脂質 8.5g 食塩 3.9g	脂質 15.7g 食塩 3.6g	脂質 14.8g 食塩 3.5g
	10	11	12	13	14
メニュー	わかめごはん ごもくらーめん 揚げ餃子 フルーチェ 		ごはん アジの南蛮漬 切干大根煮 ほうれん草ゆかり和え 味噌汁(さといも)	ごはん 鶏肉の照り焼き 南瓜の含め煮 きやべつの酢のもの すまし汁(オクラ)	チキンライス スパゲティサラダ 青梗菜 甘酢あえ スープ(はくさい)
	I&M* - 794kcal 蛋白質 26.3g		I&M* - 662kcal 蛋白質 21.8g	I&M* - 692kcal 蛋白質 25.9g	I&M* - 833kcal 蛋白質 20.3g
	脂質 19.5g 食塩 4.6g		脂質 19.7g 食塩 3.5g	脂質 18.4g 食塩 2.8g	脂質 26.2g 食塩 3.6g
	17	18	19	20	21
メニュー	A 冷やし鶏天うどん B 豚骨醤油 ラーメン 菜飯 ほうれん草酢味噌え 梨ゼリー	ごはん ポークソテーマトソース 高野含め煮 小松菜和えもの スープ(もやし)	ごはん カレイの煮つけ ちくわの磯部揚げ 春雨の酢のもの 味噌汁(おくら)	ごはん 鶏しょうが焼き じゃがいも煮 三度豆のおかか和え 味噌汁(ふ)	ごはん メンチカツ 海藻サラダ 青梗菜 ソテー 味噌汁(たまねぎ)
	I&M* - 719kcal 蛋白質 24.5g	I&M* - 642kcal 蛋白質 26.2g	I&M* - 630kcal 蛋白質 27.8g	I&M* - 704kcal 蛋白質 26.8g	I&M* - 673kcal 蛋白質 16.9g
	脂質 20g 食塩 5.9g	脂質 16.4g 食塩 2.4g	脂質 12.2g 食塩 3.4g	脂質 17.5g 食塩 3.6g	脂質 22.1g 食塩 3.8g
メニュー	A B				
	I&M* - 668kcal 蛋白質 19.9g				
	脂質 13.4g 食塩 5.1g				
	24	25	26	27	28
メニュー	ゆかりごはん 冷やし中華 蒸しシウマイ 青梗菜梅肉和え	ごはん 照り焼きハンバーグ カリフラワーの酢のもの コーるスローサラダ 味噌汁(ふ)	ごはん 鶏肉の味噌炒め ほうれん草ナムル 里芋煮 すまし汁(うずまきふ)	ごはん アジのおろしポン酢 小松菜のお浸し マカロニサラダ 味噌汁(とうふ)	カレーライス ブロッコリーツナ和え スープ(こまつな) パナナヨーグルト
	I&M* - 592kcal 蛋白質 21g	I&M* - 751kcal 蛋白質 22.6g	I&M* - 710kcal 蛋白質 27.7g	I&M* - 664kcal 蛋白質 23.8g	I&M* - 769kcal 蛋白質 19.2g
	脂質 7.2g 食塩 5.8g	脂質 19.9g 食塩 4.4g	脂質 19.3g 食塩 3.3g	脂質 21.3g 食塩 3.3g	脂質 19.3g 食塩 3.3g
	31				
メニュー	ビビンバ風 コロッケ 春雨スープ 中華ポテト				
	I&M* - 874kcal 蛋白質 17.7g				
	脂質 21g 食塩 2.1g				