11月献立表

現　場：此花作業指導所

	月	火	水	木	金
	2	3	4	5	6
昼食	菜飯 野菜ラーメン 春巻き フルーツ缶	文化の日	ごはん（85ｇ） 豚生姜焼き スパソテー チンゲン菜おかか和え 味噌汁（そうめん）	ごはん（85ｇ） 鶏肉の唐揚げ 高野豆腐含め煮 白菜磯香和え 味噌汁（もやし）	ごはん（85ｇ） おでん 小松菜の和え物 コロッケ 味噌汁（ふ）
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 777kcal 蛋白質 24.3g 脂質 18.2g 食塩 4.1g		ｴﾈﾙｷﾞｰ 691kcal 蛋白質 21.9g 脂質 12.2g 食塩 3.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 766kcal 蛋白質 30.8g 脂質 28.7g 食塩 3.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 631kcal 蛋白質 17.7g 脂質 15.7g 食塩 4.6g
	9	10	11	12	13
昼食	親子丼 里芋ゆず味噌かけ チンゲン菜和え物 味噌汁（そうめん）	ごはん（85ｇ） マーボー豆腐 小松菜錦糸和え れんこん炒め 味噌汁（うずまきふ）	ごはん（85ｇ） ビーフシチュー きんぴらごぼう チンゲン菜煮浸し プリン	ごはん（85ｇ） 白身魚のマヨネーズ焼き ジャーマンポテト キャベツの和え物 スープ（みっくすべじたぶる）	ごはん（85ｇ） ヤンニョムチキン 蒸ししゅうまい 白菜ゆかり和え 味噌汁（こまつな）
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 677kcal 蛋白質 27g 脂質 16.2g 食塩 3.6g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 689kcal 蛋白質 25.9g 脂質 22.3g 食塩 3.5g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 706kcal 蛋白質 21g 脂質 19.7g 食塩 3.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 631kcal 蛋白質 18.1g 脂質 24.1g 食塩 2.4g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 779kcal 蛋白質 28.9g 脂質 26.9g 食塩 4.1g
	16	17	18	19	20
昼食	ゆかりごはん きつねうどん チンゲン菜ごま和え 白身魚フライ	ごはん（85ｇ） 鶏肉の照り焼き マカロニサラダ キャベツのおかか和え 味噌汁（だいこん）	ごはん（85ｇ） ポークチャップ 田舎煮 小松菜和え物 味噌汁（うずまきふ）	ごはん（85ｇ） 白身魚の竜田揚げ 切干大根煮 春雨の酢の物 味噌汁（きゃべつ）	カレーライス カリフラワーと豆のサラダ キャベツソテー 杏仁豆腐
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 675kcal 蛋白質 21.8g 脂質 15.8g 食塩 5.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 718kcal 蛋白質 26.5g 脂質 25.5g 食塩 2.9g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 745kcal 蛋白質 22.7g 脂質 16.7g 食塩 3.8g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 610kcal 蛋白質 19.1g 脂質 15.1g 食塩 3.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 747kcal 蛋白質 19.8g 脂質 24.5g 食塩 3g
	23	24	25	26	27
昼食	勤労感謝の日	わかめごはん 豚骨醤油ラーメン 野菜炒め カスタードワッフル	ごはん（85ｇ） 鰆の煮つけ ちくわ磯部揚げ 青梗菜錦糸和え 味噌汁（たまねぎ）	ごはん（85ｇ） ハンバーグ ミニポトフ きゃべつの酢の物 味噌汁（ふ）	ごはん（85ｇ） チキンカツ 湯豆腐 小松菜ポン酢和え 味噌汁（さといも）
		ｴﾈﾙｷﾞｰ 589kcal 蛋白質 17.8g 脂質 6.3g 食塩 5g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 612kcal 蛋白質 23.5g 脂質 13.6g 食塩 3.5g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 771kcal 蛋白質 23.6g 脂質 24g 食塩 4.4g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 774kcal 蛋白質 26.3g 脂質 19.2g 食塩 4g
	30				
昼食	豚焼肉丼 小松菜おかか和え こんにゃくとごぼ天煮 味噌汁（うずまきふ）				
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 654kcal 蛋白質 20.4g 脂質 14.5g 食塩 3.4g				

まんぼー。

社会福祉法人
大阪市障害者福祉・スポーツ協会
おおさかしりつこのはなさぎょうしどうしょ
大阪市立此花作業指導所　令和8年11月1日発行　No.385号

がつぎょうじょてい 11月行事予定

11月3日（火・祝）	文化の日
11月10日（火）	舞洲定期清掃
11月17日（火）	舞洲定期清掃
11月20日（金）	工賃支給日
11月23日（月・祝）	勤労感謝の日
11月24日（火）	舞洲定期清掃
11月25日（水）	給食委員会



11月は、昼間は気温があがる日がある一方で朝晩は冷え込みが強くなり、1日の寒暖差が7℃以上になる日が増えて、寒暖差疲労というものを起こしやすい時期のようです。温かい食事をとったり、ぬるめのお湯にゆっくりつかるなど体調管理をしっかり行い、元気に過ごしていきましょう！

がつぶんさぎょううりあげほうこく 10月分作業売上報告

T業者	107,668円	L業者	208,340円
M製作所	99,548円	J業者	43,239円
N業者	46,306円	U業者	24,750円
A業者	39,600円	S業者	0円
S業者	83,600円	M業者	440,200円
K商事	2,632円		

合　計　1,095,883円　**お疲れ様でした。今月もがんばりましょう！**

健康診断を実施しました

10月26日（月）大阪市環境保健協会のお医者さんや看護師さんにお越しいただき、健康診断を実施しました。



当所で初めて健康診断を受ける方もおられましたが、みなさんスムーズに受けておられました。

健診結果が届きましたらみなさんにお渡しします。



受付で問診票と検尿を提出します



身長体重を図り、血圧などの検査を行い、お医者さんの診察を受けます



検診車内でレントゲン撮影を行います



11月1日　文化祭アート展に参加しました

夏ごろから制作を始めたシュシュやバレッタを販売したり、利用者の方が作成したレゴブロックのお城を展示しました。

14,700円の売上がありました。

当日参加された方と一緒に販売したり、音楽やダンスを楽しむことができて素敵な時間となりました。









新入職員のご紹介

10月15日より勤務しています安田裕治です。週2日、主に送迎業務を行っています。

利用者のみなさまとも、お互いに信頼し、尊敬し合える関係を築いていきたいと考えています。どうぞよろしくお願いします。

11月からは週3回（午後からのみ）、松本順子さんが勤務されます。

よろしくお願いします。