

現場：此花作業指導所				
11月献立表				
月	火	水	木	金
				1
昼食				ごはん (85g) ちんじやあろーす チンジャオロース みにめんちかつ もやしナムル みそしる 味噌汁 (5)
				17kcal 蛋白質 21.7g 脂質 27.7g 食塩 4.5g
	4	5	6	7
昼食	なめし菜飯 野菜ラーメン 春巻き ふるーつかん フルーツ缶	ごはん (85g) 豚生姜焼き スパソテー チンゲン菜おかつ和え 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 みそしる 味噌汁 (5)
	17kcal 蛋白質 24.3g 脂質 18.2g 食塩 4.1g	17kcal 蛋白質 21.9g 脂質 12.2g 食塩 3.3g	17kcal 蛋白質 30.8g 脂質 28.7g 食塩 3.3g	17kcal 蛋白質 17.7g 脂質 15.7g 食塩 4.6g
	11	12	13	14
昼食	親子丼 里芋ゆず味噌かけ ちんげん菜和え物 味噌汁 (そうめん) カスタードワッフル	ごはん (85g) 肉団子の甘酢あんかけ 小松菜錦糸和え れんこん炒め 味噌汁 (うずまき5)	ごはん (85g) 豚みそ煮 きんぴらごぼろ インゲンの和え物 すまし汁 (はんぺん)	ごはん (85g) 白身魚のマヨネーズ焼き じゃーまんぽてと じゃーまんポテト チンゲン菜煮浸し えこら (みくすべしたぶる)
	17kcal 蛋白質 26.7g 脂質 14.9g 食塩 3.5g	17kcal 蛋白質 17g 脂質 20.7g 食塩 4g	17kcal 蛋白質 21.4g 脂質 11.9g 食塩 3.7g	17kcal 蛋白質 17.4g 脂質 24.1g 食塩 2.4g
	18	19	20	21
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 キャベツのおかつ和え 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5)	ごはん (85g) 白身魚の竜田揚げ 切り干し大根煮 春雨の酢の物 きやべつ
	17kcal 蛋白質 21.8g 脂質 15.8g 食塩 5.1g	17kcal 蛋白質 26.5g 脂質 25.5g 食塩 2.9g	17kcal 蛋白質 22.7g 脂質 16.7g 食塩 3.8g	17kcal 蛋白質 19.1g 脂質 15.1g 食塩 3.1g
	25	26	27	28
昼食	わかめごはん 豚骨醤油ラーメン 野菜炒め ぶりん プリン	ごはん (85g) ハンバーグ ミニトマト きやべつ酢のもの 味噌汁 (5)	ごはん (85g) 肉豆腐 れんこん炒め インゲンのツナ和え 味噌汁 (だいこん)	ごはん (85g) アジの煮つけ ちくわの磯部揚げ チンゲン菜錦糸和え 味噌汁 (たまねぎ)
	17kcal 蛋白質 19.6g 脂質 9g 食塩 5.1g	17kcal 蛋白質 23.6g 脂質 24g 食塩 4.4g	17kcal 蛋白質 28.7g 脂質 21.2g 食塩 3.2g	17kcal 蛋白質 23.5g 脂質 13.6g 食塩 3.5g
				29
				ごはん (85g) チキンカツ たまご豆腐 玉子豆腐 みそしる 味噌汁 (さいとも)
				17kcal 蛋白質 19.8g 脂質 24.5g 食塩 3g

まんぼーっ

社会福祉法人
大阪市障害者福祉・スポーツ協会
おみさかしりつこのはなさぎょうしどうしょ
令和6年11月1日発行 No. 361号

じゅういちがつぎょうじよてい 11月行事予定

11月1日 (金)	ぼうはんがくしゅうかい 防犯学習会
11月3日 (日・祝)	ぶんかひ 文化の日
11月4日 (月・祝)	ふりがえきゅうじつ 振替休日
11月5日 (火)	まいしまていきせいそう 舞洲定期清掃
11月12日 (火)	まいしまていきせいそう 舞洲定期清掃
11月19日 (火)	まいしまていきせいそう 舞洲定期清掃
11月22日 (金)	こうちんしきゅうひ 工賃支給日
11月23日 (土・祝)	きんろうかんじゅひ 勤労感謝の日

11月25日 (月)	きゅうしよくいんかい 給食委員会
11月26日 (火)	まいしまていきせいそう 舞洲定期清掃
11月28日 (木)	つなみひなんくんれん 津波避難訓練

つなみひなんくんれん
津波避難訓練があります。令和4年8月に
おこな
も 行 いました。今回は、実際に防災
リュックを背負い避難経路を歩きたいと
おも
思います。



じゅうがつばんさぎょううりけいけうじく 10月分作業売上報告

T業者	133,227円	J業者	51,839円
M製作所	65,969円	K業者	660円
N業者	54,296円	U業者	55,000円
A業者	59,429円	S業者	3,802円
S業者	147,576円	M業者	440,200円
K商事	6,107円	K作業所	8,000円
L業者	160,292円		

合計 1,186,397円 お疲れ様でした。今月もがんばりましょう!

けんこうしんだん 紀 健康診断を行いました

がつ にち げつ こそん じ んん いりょうほうじんけんしょうかい き
10月28日(月)午前9時30分より医療法人健昌会に来ていただき
けんこうしんだん おこな
健康診断を行いました。



B M I

B M I

低体重(やせ)

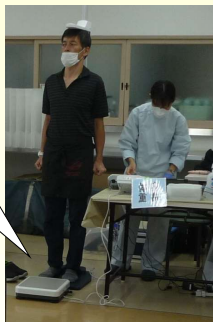
じ ぜん わた もんしんひょう じ かくしょうじょう
事前にお渡しした問診票に、自覚症状や、
ちりょうちゅう びょうき かこ ひょうき せいかつ
治療中の病気、過去にかかった病気、生活
しゅうかん 35 こうもく しつもん い
習慣など35項目ほどの質問にチェックを入れて
どうじつもんしんひょうのみきにゅう せいかく
いただきました。当日問診票未記入だと、正確
じょうきょう
な状況がわからないこともあり、スムーズな
しんこう じぜんきんぎょう きょうりょく
進行ができないため、事前記入のご協力をよろ
しくお願いします。

ちやうしょく た
朝食は食べましたか？
くすり の
お薬は飲んでませんか？



いし しんさつ
医師による診察

きょねん たいじゅう
去年より体重は
ふ
増えていないかな？



しんちやう たいじゅう はか
身長・体重を測ります。

けつあつそくてい さいけつ さいいじやう かと
血圧測定と採血(35歳以上の方)



なかにわ もんぜん ちゅうしや しや と
中庭の門前に駐車されたレントゲン車でレントゲンを撮ります。



ちりやう ひころ の くすり しょくいん し
また、治療のため日頃から飲んでいるお薬があれば、職員にお知らせ
ください。

けんこうしんだん げんざい けんこうじやうたい しら
健康診断は現在の健康状態を調べ、
びょうき そうき はっけん よほう
病気の早期発見や予防につなげるため
のものです。
ごじつ わた けんしんけつ か
後日お渡しする健診結果で
ようちりやう ようせいみつげんさ こうもく み
「要治療」「要精密検査」の項目が見
つかった方は医療機関を受診しましょ
う。
ようちやうい こうもく ひと しょくせいかつ
「要注意」の項目がある人は食生活
うんどう ぼそく ひころ せいかつ みなお
運動不足など日頃の生活を見直しま
しょう。

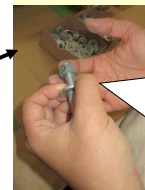
さぎょうしょうかい 作業紹介

くみだて おこな
スリープアンカーボルトの組立を行っています。

それぞれの具材に上下
すうりやう
があり、数量がたくさ
ま ちが
んなので、間違えずに
つつ しゅうちゅうりょく ひつよう
続ける集中力が必要です。



① つつ ほうこう まちがえ
筒を方向を間違え
ないようにセット



③ ナットを上下間違
えないようにつけ
ます。



② ワッシャーも
じやうげ みわ
上下は見分けが
むずか
難しいです
が、正確にはめ
ています。