

12月献立表



現場：此花作業指導所	月	火	水	木	金				
	2	3	4	5	6				
豚焼肉丼 小松菜おかか和え こんにやくとごぼ天煮 みそしる 味噌汁(うずまきふ)	ごはん(85g) かれい わにえる カレイのムニエル がんもの煮物 な 花な あ 菜の花のさっぱり和え みそしる 味噌汁(はくさい)	ごはん(85g) くりーむしらゆー クリームシチュー さんどまそてー かりふらわーのさらだ カリフラワーのサラダ ふるーつぜりー フルーツゼリー	ごはん 焼きそば あ ぼよぎ 揚げ餃子 ちんげんさい 青梗菜しらす和え ちゅうろーぶ 中華スープ(ちやし)	ごはん(85g) ぎゅうゆあいたい 牛肉野菜炒め でんがく さいとも だいこん 田楽(里芋・大根) ごぼうさらだ ゴボウサラダ すまし汁(こまつな)	12月 - 612kcal 蛋白質 20.4g 脂質 14.5g 食塩 3.4g	12月 - 614kcal 蛋白質 27g 脂質 17.7g 食塩 3.2g	12月 - 685kcal 蛋白質 25.9g 脂質 18.7g 食塩 3.2g	12月 - 685kcal 蛋白質 21.5g 脂質 17.7g 食塩 3.7g	12月 - 759kcal 蛋白質 24.3g 脂質 26.9g 食塩 3.5g
	9	10	11	12	13				
わかめごはん みそらーめん ちんげんさい 青梗菜ナムル エビカツ	ごはん(85g) とりにく あおす 鶏肉の甘酢あん こんにやく甘辛炒め みそしる 小松菜味噌和え すまし汁(そうめん)	ごはん(85g) あじ しおや 鯨の塩焼き た 豚じゃが こーるすろー みそしる 味噌汁(ふ)	ごはん(85g) とんてき あ だ とうふ 揚げ出し豆腐 すーぶ スープ(いんげん) みかんゼリー	かれーライス きゅうまつまよねーざあ キャベツマヨネーズ和え みかんゼリー	12月 - 573kcal 蛋白質 20.8g 脂質 8.7g 食塩 4.8g	12月 - 769kcal 蛋白質 27.5g 脂質 25.8g 食塩 4.1g	12月 - 556kcal 蛋白質 25.9g 脂質 13.9g 食塩 3.9g	12月 - 704kcal 蛋白質 24.9g 脂質 22.1g 食塩 3.4g	12月 - 704kcal 蛋白質 18.4g 脂質 24.8g 食塩 3.1g
	16	17	18	19	20				
やとびん 焼き鳥丼 ひじき五目煮 みそしる 味噌汁(うずまきふ) ばいんかんてん ハイン寒天	ごはん(85g) とんかつ だいこん あつあ に 大根と厚揚げ煮 ちんげんさい 青梗菜梅肉和え みそしる 味噌汁(たまねぎ)	ごはん(85g) サハの味噌煮 こまつな 小松菜煮びたし ぼてとさらだ ポテトサラダ みそしる 味噌汁(ふ)	ごはん(85g) まーぼー豆腐 マーボー豆腐 もやし和え物 ごぼうの炒め煮 みそしる 味噌汁(はくさい)	ごはん(85g) とりにく からあ 鶏肉の唐揚げ かぼちゆふくに 南瓜の詰め煮 だいこん 大根なます みそしる 味噌汁(こまつな)	12月 - 664kcal 蛋白質 26.2g 脂質 20.9g 食塩 3.6g	12月 - 712kcal 蛋白質 20.7g 脂質 17.3g 食塩 4g	12月 - 745kcal 蛋白質 27g 脂質 34.2g 食塩 3.6g	12月 - 657kcal 蛋白質 26.2g 脂質 22.9g 食塩 3.9g	12月 - 721kcal 蛋白質 26.4g 脂質 26.9g 食塩 3.4g
	23	24	25	26	27				
なめし 菜飯 かれー カレーうどん きりぼだい 切干大根煮 こまつな 小松菜のごまあえ	ごはん(85g) ふた なす みそいた 豚と茄子の味噌炒め ころっけ コロッケ ちんげんさい 青梗菜おろし和え すまし汁(はんぺん)	ごはん(85g) ほんぼー ハンバーグ いんげんしょうゆ インゲン生姜和え なほりたん プロリタン みそしる 味噌汁(だいこん)	ごはん(85g) おやこに 親子煮 びーまんそてー ビーマンソテー きやべつ の酢の物 みそしる 味噌汁(うずまきふ) フチクレープ(チョコ)	ごはん(85g) すてーまといふふらい ステーキとエビフライ まかにさらだ マカロニサラダ こんそめ コンソメスープ でざーと デザート	12月 - 682kcal 蛋白質 19.4g 脂質 15.4g 食塩 4.1g	12月 - 656kcal 蛋白質 19.7g 脂質 14.8g 食塩 3.5g	12月 - 732kcal 蛋白質 22.8g 脂質 21.3g 食塩 4.8g	12月 - 760kcal 蛋白質 27.8g 脂質 25.8g 食塩 3.9g	12月 - 916kcal 蛋白質 31.3g 脂質 42.9g 食塩 2.7g

まんぼー

社会福祉法人
大阪市障害者福祉・スポーツ協会
おあ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6年12月2日発行 No. 362号

じゅうにかつぎょうじよてい 12月行事予定

かつ にち か	まいしまでいきせいそう 舞洲定期清掃
かつ と お か か	まいしまでいきせいそう 舞洲定期清掃
かつ にち か	まいしまでいきせいそう 舞洲定期清掃
かつ ほ つ か	こうちんしきゅうひ 工賃支給日
かつ にち げつ	きゅうしょくいんかい 給食委員会
かつ にち か	まいしまでいきせいそう 舞洲定期清掃
かつ にち きん	ねんまつこんしんかい 年末懇親会 さぎょうおさ 作業納め
かつ むい か げつ	さぎょうはじ 作業始め

フェイスブック開設しました

このはなさぎょうしどうしょ
此花作業指導所のQR
コードです。一度のそ
いてみてください！

ねんまつこんしんかい 年末懇親会

27日は、特別メニューの給食後、
午後から楽しい企画を考え中です。
ぜひ参加してください。

ねんまつねんし 年末年始

12月28日(土)～新年1月5日(日)
までお休みとなります。
それ以外でお休みをされる方は早めに
職員までお知らせください。

かつぶんさぎょうりゆうけんとうさく 11月分作業売上報告

T業者	170,407円	J業者	10,560円
M製作所	106,258円	K業者	8,976円
N業者	48,399円	U業者	68,750円
A業者	69,133円	S業者	3,168円
S業者	109,384円	M業者	445,971円
K商事	7,093円	K作業所	8,000円
L業者	213,972円		

合計 1,270,071円 お疲れ様でした。今月もがんばりましょう！

防犯学習会がありました

11月1日(金)14時~15時まで、大阪府警察本部生活安全指導班の方にお越しいただき、通所途中で犯罪に巻き込まれないために注意することなどについて寸劇を交えお話しいただきました。

まず、性犯罪について「男性が女性に触ってはいけない」「男性が男性に触るのもだめ」もちろん「女性が男性に触る」「女性が女性に触るのもだめ」というお話がありました。



電車に乗った時ちかんにあわないためにどこに乗るのがいいか？
→ドア付近ではなく座席付近の方が安全。



エレベーターには乗る時には？
→知らない人と2人で乗らない。
もし危険を感じたらすべての階のボタンを押そう



歩いている時や家の鍵を開けるときは？
→スマホを見ながらや音楽を聴きながらは危ない。
周りの人に注意をして時々ふりかえろう。

スマートフォンの使い方について
→勝手に人を撮ってはいけない(盗撮)
SNSへは「書き込まない」「会わない」「相談する」



警察の方からのお話を熱心に聞き、終了後も質問する姿もありました。

津波避難訓練を行いました



11月28日(木)14時~津波警報が発令されたときの避難訓練をはばたく福祉社と合同で、此花区役所危機管理担当と此花消防署の職員の方にもご協力いただき、実施しました。
館内放送のあと、各作業場から、玄関前、中庭出口に集まり、非常持出し袋を一人一人背負い、坂道を登って国道43号線の正連寺川大橋の階段下まで移動しました。

消防士さんから、簡易担架や車いすを使っての搬送方法を教えていただき、その後43号線歩道をみんなで歩きました。実動訓練をしているところは少ないとのこと。これからも年1回は行いたいと思います。

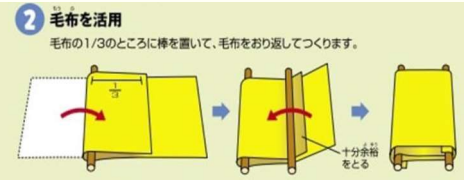


階段までは5分で移動できました。

非常持出し袋はかご台車に保管



簡易担架を使って搬送の練習



総務省消防庁HP内わたしの防災サバイバル手帳より



登りは頭から下りは足から頭の方の人が号令をかけて