



令和 7 年 1 月 末 発行

2 月

408 号

社会福祉法人  
おおさかしょうがいしんがくし  
大阪市障害者福祉・スポーツ協会

ワークセンター千里



の 予定

3 日 ( 月 )	つきはじめの会
11 日 ( 火 )	建国記念の日 (休所日)
12 日 ( 水 )	生活習慣病 予防教室
23 日 ( 日 )	天皇誕生日
24 日 ( 月 )	振替休日 (休所日)
25 日 ( 火 )	工賃支給日
28 日 ( 金 )	終わりの会

現在の利用者数

就労継続支援B型57名/ 移行支援3名  
合計 60名

トピックス

1	めん面	2月の予定 所長からのひとこと
2	めん面	新年会を開催しました 作業場の照明を交換しました
3	めん面	健康コラム～花粉症について～ 就労支援プログラムの開催について 昼休憩時の食堂 利用について 年度末の予定について
4	めん面	2月の献立表

うり

売 上げ報告 (作業種類ごと)

施設外作業	393,000円		
施設内作業①	506,000円	(①組立・加工作業)	
施設内作業②	281,000円	(②封入・袋入れ)	
		合計	1,180,000円

【所長からのひとこと】

先日まで、「あけましておめでとうございます！」とあいさつしていたのに、もう2月ですね。1月は「行く」2月は「逃げる」3月は「去る」といいますが、本当にあっという間に令和7年の12分の1が過ぎました。これから、一年で一番寒い2月になります。体調管理にも十分に留意しインフルエンザやコロナにかからないようにしてください。

音楽やファッションなどの流行に乗っていくのは人それぞれ良いことですが、感染症の流行には乗らないよう、うがい、手洗い、消毒、マスクを徹底するようにしましょう。

さて、2月3日は節分。ですが、今年は2月2日が節分になるようです。「？」と思った方もおられると思います。色々調べたところ、「地球が太陽の周りを一年かけて回る。」と言われてますが、まわる速さはちょうど一年(8760時間)ではないことによって、「2月2日が節分」ということになるようです。なお、4年前の2021年の節分も2日で、その時は1897年以来124年ぶりでした。日々の生活の中でもまだまだ知らないことがいっぱいあるなあと感心した次第です。皆さんも2月2日の意味を思いながら、豆まき(邪気払い)をしてみたいかがでしょうか？

<< 体調管理についてのお願い >> インフルエンザ、ノロウイルスなどの感染症が流行っていますので、こまめな手洗いとうがい、マスク着用を心がけてください。

しん

# 新年会を開催しました



年明けの1月18日(土)午前より、所内食堂にて「新年会」を開催しました。

当日は寒い中にもかかわらず、28名の方が参加されました。

第1部はチーム対抗で5グループに分かれて「福笑い大会」をしましたが、お互いにできあがった福笑いを比べあいしながら大いに盛り上がりました。

1部終了後に、用意したお菓子をみんなでいただきながら、和気あいあいと談笑した後に第2部の「カルタ大会」をおこないました。「福笑い大会」とは一転して皆さん真剣な表情で取り組まれていたのが印象的でした。

新年の始まりに、みなさんの笑顔と笑い声にあふれた楽しい一時となりました。



さ

# 作業場の照明を交換しました

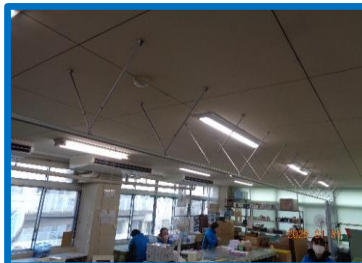
1月7日(土)に、1階作業場と2階作業場の一部の照明について、作業時に手元を明るくするため蛍光灯からLEDに交換する工事をおこないました。

蛍光灯の老朽化により曇りや雨の日、夕方に手元が暗くなる時がありましたが・・・LED照明に交換したことで随分と明るくなり作業される皆さんが快適に作業に取り組めるようになりましたので、たくさん良い製品を作ってゆきましょう！

1階作業場の照



2階作業場の照明



プレハブの照明







# 健康コラム



## 花粉症について

今年も花粉症のシーズンになりました。温暖化の影響もありニュースで聞きますね。花粉症に負けないからだを作るためには、バランスの良い食事をとるのが重要です。甘いものや脂っこいものの取りすぎなど栄養の偏った食生活をしないように気をつけましょう。バランスの良い食事とは？体調が崩れると花粉症の症状は悪化しやすいので、ひとつの成分や食品に偏らず、様々な食材を選べるといいですね。症状を悪化させるものは避けましょう！鼻粘膜の状態をよくするように悪の因子であるストレスや睡眠不足、アルコールの飲み過ぎなどを抑えることが必要です。外出時にマスク、めがねをする。花粉情報に注意し、花粉の多いときには無駄なお出かけを避けるのもよいかと思います。外出から帰ってきたら、玄関の外で衣類の花粉をはらい、室内に持ち込まないように、そしてすぐに顔を洗い、うがいをするをお勧めします。習慣的な運動は免疫力を高めてくれるので、花粉を防御した上でおこないましょう。そして、少しでも快適に過ごせるように工夫してみましょう！

**2月の給食目標 静かに食べましょう！**



しゅう

### 就労支援プログラムの開催について



第5回就労支援プログラムのご案内をします。今回は2月10日(月)に従野先生をお迎えして開催する予定です。対象となる方は、筆記用具(鉛筆、シャープペンシルや消しゴム、メモ用紙やノート)などを忘れないようにご準備ください。今年度最終の就労支援プログラムとなりますので、“終わりよければ全てよし”となるよう頑張って取り組んでください。

ひる

### 昼休憩時の食堂利用について(お願い)

お互いが気持ちよく食堂を利用するため、昼休憩の食堂利用についてご協力ください。

- ①食堂は12:40から休憩所として利用していただけます。  
早めに食事が終わった方は、他の方の食事の邪魔にならないよう別の場所でご休憩ください。
- ②やむなく食事が遅くなる方も、12:30までには食堂に入って食事をするようにしましょう。

ねん

### 年度末の予定について(お知らせ)



2月から3月の中旬にかけて、所内の改修工事をおこないます。工事期間中、作業は通常どおりにおこなう予定ですが、工事の状況により立入禁止になる箇所がある場合もあります。また駐車場や中庭などに車や資材を置きますので、みなさんの安全のため立入を制限する場面もあります。ご協力をよろしくお願い致します。

#### 【改修工事について】

- 工事場所：駐車場、プレハブ作業室、倉庫周辺など
  - 工事期間：令和7年2月3日(月)～3月中旬まで(予定)
  - 工事箇所：①防災グッズの備蓄倉庫  
②トイレの修繕 ③玄関前水道管の修繕など
- ※都合により4月以降におこなうこともあります

水道管の工事箇所 ※立入禁止





# 2月献立表



	月	火	水	木	金
昼食	3	4	5	6	7
	ごはん しょうゆラーメン はるまき 春巻き あんにんとうふ 杏仁豆腐 	ごはん とうふハンバーグ&オムレツ はるさめ うまに 春雨の旨煮 ちんげんさいしょうがあ チンゲン菜生姜和え みそしる 味噌汁(ふ)	ごはん あじ、てりや アジの照り焼き きやべつのゆかり和え こうやに 高野煮 みそしる 味噌汁(さといも)	ろーるばん ロールパン すばげていみーとソース スパゲティミートソース こぼうさらだ コボウサラダ  やさいすーぶ 野菜スープ(こまつな)	ごはん とりにくからあげ 鶏肉の唐揚げ いんげん みそいた インゲンの味噌炒め かりふらわーさらだ カリフラワーサラダ すまし汁(うずまきふ)
	I#14* - 738kcal 蛋白質 19g	I#14* - 560kcal 蛋白質 16.4g	I#14* - 623kcal 蛋白質 28.4g	I#14* - 765kcal 蛋白質 24.6g	I#14* - 702kcal 蛋白質 26.4g
昼食	10	11	12	13	14
	びびんぼん ビビンバ  しゅうまい スープ(たまねぎ) ごま団子	けんこくきねん 建国記念の白	ごはん めんちかつ メンチカツ かぼちやの煮物 ちんげんさいいそかあえ チンゲン菜磯香和え みそしる 味噌汁(たまねぎ)	ごはん しるみきかなひかた 白身魚のピカタ じゃーまんぼて ジャーマンポテト ほうれん草の梅肉和え みそしる 味噌汁(だいこん)	ごはん とりにくちりソース 鶏肉のチリソース ひじき煮 こまつな 小松菜のおろし和え みそしる 味噌汁(うずまきふ)
	I#14* - 795kcal 蛋白質 21.4g		I#14* - 672kcal 蛋白質 16.7g	I#14* - 593kcal 蛋白質 21g	I#14* - 726kcal 蛋白質 24.7g
昼食	17	18	19	20	21
	A しお 塩ラーメン  B カレーうどん ごはん さといちもの 里芋煮物 こまつな すのもの 小松菜の酢の物 フルーツ缶	ごはん しるみきかな 白身魚フライ やびーあん 焼きビーワン なはな 菜の花ツナ和え みそしる 味噌汁(ふ)	ごはん にくだんこあまず 肉団子の甘酢あんかけ ちんげんさいてい 青梗菜ソテー はくさいんしあ 白菜錦糸和え みそしる 味噌汁(きやべつ)	ごはん ちきんとまとに 手キンとマト煮 ぶろっこりーさらだ ぶろっこりーサラダ きんぴらごぼう みそしる 味噌汁(もやし)	ごはん はっほうさい 八宝菜 揚げぎょうざ こまつな なむる 小松菜のナムル ちゅうか 中華スープ(はるさめ)
	A I#14* - 651kcal 蛋白質 19.8g	I#14* - 713kcal 蛋白質 17.3g	I#14* - 725kcal 蛋白質 16.9g	I#14* - 655kcal 蛋白質 24.1g	I#14* - 603kcal 蛋白質 20.3g
	B I#14* - 785kcal 蛋白質 22.8g				
昼食	24	25	26	27	28
	ふりかえ 振替 休白	ごはん とんかつ  きりぼんじんいた 切干大根の炒め煮 こまつな す みそあ 小松菜酢味噌和え みそしる 味噌汁(ふ)	ごはん きば て や サバの照り焼き れんこんいた レンコン炒め ちんげんさいすのもの 青梗菜の酢の物 みそしる 味噌汁(だいこん)	ごはん はんばーぐ ハンバーグ さんどまめ 三度豆のマヨネーズ和え はくさい 白菜ごま和え みそしる 味噌汁(うずまきふ)	おやこどん 親子丼  たけ こいた 竹の子炒め きやべつのカニカマ和え 味噌汁(ちんげんさい)
	I#14* - 750kcal 蛋白質 22.1g	I#14* - 675kcal 蛋白質 23.4g	I#14* - 764kcal 蛋白質 23.1g	I#14* - 726kcal 蛋白質 29.1g	