



**3月の予定**

3 日 (月)	月初めの会
17 日 (月)	①生活習慣病予防教室
17 日 (月)	②給食検討委員会
20 日 (木)	春分の白(休所日)
25 日 (火)	工賃支給日
29 日 (土)	土曜開所日(春季レクリエーション)
31 日 (月)	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
---------	-------------------------------

うり

**売** 上げ報告(作業種類ごと)

施設外作業	323,000円	
施設内作業①	418,000円	(①組立・加工作業)
施設内作業②	215,000円	(②封入・袋入れ)
		合計 956,000円

**ト** ピックス



1	めん 面	3月の予定 所長からのひとこと
2	めん 面	就労支援プログラムの実施報告 避難訓練の実施について 倉庫の設置工事をしています
3	めん 面	健康コラム 給食嗜好・利用者アンケートについて 職員研修による時間変更について 春季レクリエーションについて
4	めん 面	3月の献立表

< 所長からのひとこと >



寒かった2月も終わり今日から3月です。1月の日の入りは17:00ごろだったのが今では17:50頃に伸びており、昼が長くなった。と感じている人が多いのではないのでしょうか？  
今後、気温も10度をこえる日が増えてきて少しずつ春が近づき今月終わりごろには桜の花も咲くと思います。寒さを我慢するのももう少しですね。  
さて、桜といえば、お花見です！例年なら万博公園にお花見に行ってお弁当を食べるのが恒例の行事となりましたが、今年は「一年間お疲れ様！また令和7年度もよろしくお願いいたします！」の感謝と激励の気持ちを込めて、お花見+水族館の見学+ホテルの食事を企画しました。  
初めての取り組みで当日はどうなるのか？不安もあり楽しみもあります。  
利用者の皆さんへのこの一年間作業に頑張っていたいただいたお礼の行事となりますので、当日は存分に楽しんでいただきたいと思っています。  
※テーブルマナー会場の千里阪急ホテルは令和7年12月末で閉館となるそうです。見納めとなるかもしれませんね。

<< 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。

しゅう

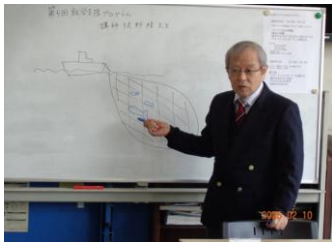
## 就労支援プログラムの実施について

今年度最終となる就労支援プログラムを、従野先生をお迎えして2月10日(月)に実施しました。

今回の講義は参加者への「面接時の質問」でどう答えるかの問いかけから始まり、各々の答えを総括しながら人間関係でトラブルにならないために重要な「自分自身の感情コントロール」について実例などを交えながらご説明いただきました。

感情を相手に直接ぶつけてトラブルにならないためには、「相手に感情を直接ぶつけた時に、ぶつけられた相手はどう思うか？」を考えることの重要性和、話す場面を変えることによりお互いに適切に感情コントロールをすることができることもあるとのアドバイスをいただきました。

一年をとおして社会に出たときに役立つことを就労支援プログラムで学ばれ多くの気づきがあったことと思いますが、これまで従野先生からお話いただいたことをふりかえって今後にかかしてください。



ひ

## 避難訓練の実施について



毎年実施している春の避難訓練を3月中におこないます。

今回は火災を想定した訓練を予定していますが、訓練を効果的におこなうため実施日は事前にお伝えしません。災害はいつ発生するか予測をすることがとても難しいので、いつ起こっても落ち着いて対応できるよう日頃からご家族や支援者の方と避難の方法などを話しあってみてください。



そう

## 倉庫の設置工事をしています

先月の千里だよりでもお知らせしましたが、2月下旬から新しく倉庫を設置するため

プレハブ作業室の道路側に面した区画で工事が始まっています。

今回の工事は作業用資材を収納するための倉庫設置となりますが、工事期間中は安全確保に加えて施工業者が資材を置くため、一部立ち入りのできない場所があります。安全に工事を進めるためにも、工事をしている区画には立ち入らないようにしてください。また工事用車両が入り出しますので、駐車場や中庭へ出られるには注意をお願いいたします。

工事箇所  
※立入禁止





# 健康コラム



朝食、食べていますか？

朝食の役割を3つに分けてご紹介します。

## 1: 体温を上げる

朝食を食べると胃や腸などの消化管が筋肉運動をはじめ、寝ている間に低下した体温を上げる効果があります。逆に朝食を抜いた場合、体温が上がらず栄養素やエネルギーも不足して体温が低下します。物事に集中できない、だるいなどの症状が出てきます。



## 2: エネルギーや栄養素を補給する

朝食ではブドウ糖が含まれるご飯やパン、麺類などの主食をとることが大切です。

## 3: 体内時計をリセットさせる

朝食以外にも日光を浴びることも大切です。



**3月の給食目標** **好き嫌いをなくしましょう！**

きゆう

## 給食嗜好アンケートと利用者アンケートの実施について

### ①「令和6年度 給食 嗜好」についてのアンケートを実施しました。

アンケート結果につきましては後日改めてご報告させていただきますが、いただいたご意見・ご感想は貴重な資料として今後の給食提供に活かしていきます。この度はご協力くださり、ありがとうございました。



### ②令和6年度の「利用者アンケート」を2月14日に配布しました。締切は3月14日(金)まで

となります。今後のサービス向上のために、ご協力くださいますようお願いいたします。

しよく

## 職員研修による時間変更について



職員研修のため利用時間が変更となりますので、開所時間が普段より1時間早く終わります。

詳細は後日お手紙でお知らせしますが、送迎サービスを利用の方は予定の確認をお願いいたします。

★日時 令和7年3月24日(月) 予定 ★開所時間 9:00~15:00(普段は16:00終了)

しゆん

## 春季レクリエーションについて (お知らせ)



先日にお知らせしました、「春季レクリエーション」を下記の内容で実施します。

参加確認票を未提出の方は、参加・不参加に関わらず早めにご提出ください。

詳細につきましては、先日に配布したお手紙に記載していますのでご一読をお願いいたします。

実施日: 令和7年3月29日(土) 9:00~15:00ごろを予定

内容: ①ニフレル(エキスポシティ)の見学 ②千里阪急ホテルにてテーブルマナー体験

持ち物: ハンカチと必要な方は水筒、お小遣いなど

備考: 当所から現地までの往復の交通費、入館料、食事などの諸費用は当所にて負担いたします。





# 3月献立表

	月	火	水	木	金
	3	4	5	6	7
昼食	ちらし寿司 豚じゃが 菜の花の土佐和え すまし汁(そうめん) もも缶	ごはん 肉団子のトマト煮 ジャーマンポテト 白菜ゆかり和え 味噌汁(ふ)	ごはん チキンソテー 田楽(豆腐・こんにゃく) ほうれん草錦糸和え すまし汁(もやし)	ごはん アジフライ 高野豆腐詰め煮 小松菜ごま和え 味噌汁(さといも)	カレーライス 三度豆ソテー スープ(ミックスベジタブル) サイダーゼリー
	134kcal 蛋白質 21g	134kcal 蛋白質 16.2g	134kcal 蛋白質 29.5g	134kcal 蛋白質 25.6g	134kcal 蛋白質 19.7g
	10	11	12	13	14
昼食	わかめごはん 塩ラーメン ツナサラダ カスタードワッフル	ごはん 鶏肉と野菜の味噌炒め ほうれん草ナムル 炒り卵 すまし汁(はんぺん)	ごはん カレイの生姜煮 キャベツソース炒め マカロニサラダ 味噌汁(ちんげんさい)	ごはん 鶏肉の竜田揚げ 里芋煮 チンゲン菜和え物 味噌汁(うずまさふ)	ごはん 豚肉の柳川風煮 ちくわ甘辛炒め 白菜和え物 味噌汁(ほうれんそう)
	134kcal 蛋白質 21.7g	134kcal 蛋白質 31.8g	134kcal 蛋白質 30.7g	134kcal 蛋白質 26.5g	134kcal 蛋白質 25.3g
	17	18	19	20	21
昼食	A ちくうどん B ワンタンメン ゆかりごはん 牛肉の炒め煮 フルーツ白玉	ごはん 豚肉のおろしポン酢 春巻き 菜の花のしらす和え かき卵スープ	ごはん チキンピカタ 若竹煮 小松菜生姜和え 味噌汁(ふ)	<p>春分の日</p>	ごはん 魚の磯部揚げ きりぼしだいこんいたに 切干大根の炒め煮 きゃべつのかにかま和え 味噌汁(たまねぎ)
	A 134kcal 蛋白質 20.3g	134kcal 蛋白質 25.2g	134kcal 蛋白質 29.6g		134kcal 蛋白質 20.2g
	B 134kcal 蛋白質 24.2g				
	24	25	26	27	28
昼食	焼肉丼 ポテトサラダ 味噌汁(きゃべつ) みかん寒天	ごはん 白身魚のムニエル スパソテー チンゲン菜煮浸し 味噌汁(そうめん)	ごはん マーボー豆腐 田舎煮(さといも) 小松菜梅風味和え わかめスープ	ごはん 鶏肉の唐揚げ かぼちゃ煮 イングンのごま和え 味噌汁(ふ)	ごはん 豚肉の生姜焼き こんにゃくの甘辛炒め 青梗菜マヨネーズ和え 味噌汁(だいこん)
	134kcal 蛋白質 21.1g	134kcal 蛋白質 20.9g	134kcal 蛋白質 29.8g	134kcal 蛋白質 27.6g	134kcal 蛋白質 18g
	31				
昼食	ごはん 鶏南蛮うどん ほうれん草のお浸し フルーツ缶				
	134kcal 蛋白質 26.2g				