

令和6年1月号

神戸市立西部在宅障害者福祉センター

重症心身障害者デイケア ラポートたる

12月下旬になり、目覚めの寒さに布団が恋しい日が増えてきました。

皆様には、デイケアラポートたるみの運営にご理解とご協力を賜り、深く感謝しています。 2023年を振り返ると、世界各所でおこる紛争や円安の影響での物価高騰などのニュー スが多く、世界のさまざまな変化が自分たちの生活を変えてしまうことに気が付いた1年 だったように思います。現在の諸外国の様子を見ていると、私たちの生活が平和な環境 であることに感謝するばかりです。

今年、デイケアラポートたるみでは、感染症対策を継続しつつ、3グループ交流会、日 帰り旅行、ギターコンサート、クリスマス会と大きな行事が実施できました。また、多聞の 丘小学校との年間を通しての交流が再開し、活気のある活動に利用者も楽しみにされ ている様子です。今年のクリスマス会では、4年ぶりに保護者の方々とも交流でき楽しい。 時間を過ごすことが出来ました。

今年の活動を振り返り、次に生かせることを考え、いろいろな活動にチャレンジが出来 るように工夫をしていけたらと考えています。また、皆さまには、いろいろとご協力をお願 いすることがあるかと思いますが、よろしくお願いいたします。

皆様よいお年をお迎えください。年明けは、みんな笑顔で会いましょう。

## ~退職のご挨拶~

この度、私事ではありますが、12月末日をもって退職となりました。新卒からラポー トで2年9か月皆様と日々を共にし、利用者様や保護者様とたくさん関りをもつことがで き、良い経験となりました。お別れが近づくにつれ寂しい気持ちになりますが、これま での出会いに感謝しています。これからも皆様が幸せであるよう、心から願っています。 どうぞお元気でお過ごしください。

※ HPには、個人名の記載はしておりません。

•年末年始休業 冬季休業日12月29日(金)~1月4日(木) 年内は12月28日(木)まで、年明けは2024年1月5日(金)からの営業です。



神戸市立西部在宅障害者福祉センター

## 《2023年度1月予定表》

"   X · / J · Z · X //						
		シリウス	オリオン	ペガサス		
1日	月					
2日	火					
3日	水					
4日	木					
5日	金	獅子舞/お正月遊び	獅子舞/お正月遊び	獅子舞/お正月遊び		
6日	±					
7日	日					
8日	月	お正月遊び	お正月遊び	お正月遊び		
9日	火	音楽療法/自主訓練	音楽療法/自主訓練	音楽療法/書初め		
10日	水	書初め	カレンダー案	自主訓練		
11日	木	初詣	風船バレー	書初め		
12日	金	書初め	書初め	職員企画		
13日	土					
14日	日					
15日	月	1月誕生日会	壁面案	職員企画		
16日	火	新春相撲大会	書初め	新春相撲大会		
17日	水	自主訓練	ドライブ	神経衰弱		
18日	木	職員企画	双六ゲーム	自主訓練		
19日	金	スヌーズレン	自主訓練	足浴		
20日	土					
21日	日					
22日	月	おにぎり神経衰弱	自主訓練	双六ゲーム		
23日	火	双六ゲーム	ホットパック	初詣		
24日	水	節分壁面	職員企画	テーブルホッケー		
25日	木	自主訓練	アルバム製作	職員企画		
26日	金	テーブルホッケー	壁面製作	自主訓練		
27日	±					
28日	日					
29日	月	自主訓練	壁面製作	アルバム作成		
30日	火	節分壁面	スヌーズレン	自主訓練		
31日	水	アルバム作成	アルバム製作	パターゴルフ		
<u> </u>						

## 給食だより



新年あけましておめでとうございます。 気持ちも新たに、おいしく、楽しく、体とこころにやさしい給食を

お届けしたいと思っています。今年もどうぞよろしく、お願いいたします。

2024年1月 西部在宅障害者福祉センター



5 (金)

ごはん 八幡巻き 寒さが厳しくなり、風邪や感染症が流行る季節です。 ウイルスなどの感染予防には、手洗い・うがい 菊花かぶ/伊達巻 小松菜と厚揚げの煮物 人混みに近付かない等予防策も必要ですが 日ごろからの栄養補給や、体力づくり、休養も重要です。 すまし汁 エネルキ - 613 kcal しっかり食べて、元気な体を作りましょう。 蛋 白 質 28.lg 9 (火) 10 (水) 11(木) 12 (金) 8 (月) ビビンバ ごはん小 ごはん ごはん ごはん ごま豆乳担々麺 寄せ鍋 菜の花のポテトサラダ 煮込みハンバーグ とり天 スープ゜。゜。 ふりかけ ささみと木耳の中華和 白菜の和風コールスロー おろし和え のりつく クラムチャウダー 抹茶のデザート 赤だし エネルキ - 600 kcal エネルキ - 720 kcal エネルキ - 642 kcal エネルキ - 670 kcal エネルギ - 657 kcal 蛋白質 32.0 g 蛋白質 29.3 g 蛋白質 23.6 g 蛋白質 28.3 g 蛋白質 28.0 g 15 (月) 16 (火) 17 (水) 18 (木) 19 (金) ご飯 ごはん ごはん カレーライス ごはん 鰆のマヨマスタード焼き すき煮/温泉卵 手作りつくねのおでん 鰆の燻製塩胡椒焼き 大根サラダ 🛝 ヨーグルト 野菜たっぷり卯の花 柚子香和え 白和え 春菊のごまあえ かきたま汁 味噌汁 味噌汁/ゼリー 福神清 味噌汁/果物 エネルキ - 610 kcal エネルキ - 646 kcal エネルキ - 705 kcal | エネルキ \* - 616 kcal | エネルキ \* - 697 kcal 蛋 白 質 25.2 g 蛋 白 質 33.6 g 蛋 白 質 41.9 g 蛋白質 25.8 g 蛋白質 32.6 g 22 (月) 25 (木) 23 (火) 24 (水) 26 (金) リクエスト ごはん小 ごはん ちらし寿司 ごはん しっとりソース焼きそば 豚ロースのきのこソース 茶わん蒸し 白身魚フライ 🎺 🏋 ロールパン れんこんと小松菜のサラダ 味噌汁 カリフラワーカレー炒めマカロニグラタン 青菜とがんもの あったかかす汁 辛くないユッケ レアチーズケーキ 小松菜と竹輪のごまあえ ごぼうサラダ ジャン風スープ スープ モンブランプチシュー エネルキ - 619 kcal |エネルキ - 612 kcal |エネルキ - 585 kcal |エネルキ - 655 kcal |エネルキ - 744 kcal 蛋 白 質 29.0g 蛋 白 質 32.9g 蛋 白 質 24.5g 蛋 白 質 26.8g 蛋 白 質 28.7g 29 (月) 30 (火) 31 (水) ごはん ごはん ごはん I月のリクエストは、デイケア、ペガサス 若鶏塩唐揚げ 鮭のムニエル 親子煮 グループさんにお伺いしました。 ブロッコリーのサラダ 柴清けタルタル グループごとのリクエスト以外にも、絵食への 菜の花和え ご意見ご希望、お待ちしています。 ごぼうの梅おかか和えかぶのそぼろあん ぶた汁 味噌汁/果物 味噌汁/プリン ヨーグルト エネルキ - 661 kcal エネルキ - 648 kcal エネルキ - 655 kcal

(重心デイケアの摂取量は基本、表示の約7割です。献立は都合により変

35.1 q 蛋 白 質 38.3 q 蛋 白 質