



こんにちは

6月になり関西も梅雨入りが発表されました。ジメジメとした季節は毎年のことですが、やはり慣れるものではないですね。梅雨明けは7月中旬の様です。今年の夏も暑くなる予想になっており、熱中症対策としてこまめな水分補給を心掛けていきたいと思います。

7月3日には壱万円、五千元、千円札が改刷されます。新しいお札は、渋沢栄一・津田梅子・北里柴三郎になります。壱万円札と言えども福沢諭吉の印象が強い私。慣れるまでに時間がかかりそうです。

さて、デイセンターでは、今年度の日帰り旅行の計画を着々と進めています。今年度は淡路島でのお香作り体験を計画しています。その昔、淡路島に流れ着いた流木が薪の代わりに火を付けたところ素晴らしい香りが漂い朝廷に献上されたという逸話もあるそうです。淡路島は全国生産量の約70%を占めています。淡路島でのお香作りを楽しみにしておいてくださいね！

サービス管理責任者

編集記



5月に息子が1歳を迎えました。

毎日必死で気づけばもう1年。スーパーでよく声をかけてもらうのですが、「今が一番いい時よね～」といつも言われます。わが子はもちろん可愛いですが、生まれてすぐは呼吸してるか、体重がなかなか増えないなどに悩み、今は離乳食をぽいぽい投げるし、好き嫌いはするし、嫌いなものでも下に落ちたものは食べようとすることに悩み、もう常に悩んでいます。成長とともに悩みが減ると思いきや、悩みは変わるだけ(;ω;)

当たり前のように育ててくれた母親と、全世界の母親に感謝と尊敬です！！お母さま方にとって子供さんの一番いい時はいつでしたか？また教えてください(^^) /

支援員

活動の様子



6月は気候が良かったのでよく散歩にいきました。タンポポが多く咲いていたので写真を撮りました。



七夕飾り作り&感謝デー製作





7月活動表



日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	
	創作	暑中見舞い 作成	利用 誕生日会	暑中見舞い 作成	七夕企画	
	8	9	10	11	12	
	ボーリング	音楽療法/ 神経衰弱	暑中見舞い 作成	自主訓練	何しようか会 議	
	15	16	17	18	19	
	海の日	双六	自主訓練	職員企画	暑中見舞い 作成	
	22	23	24	25	26	
	宝探しゲーム	自主訓練	風船バレー	テーブルホッ ケー	自主訓練	
	29	30	31			
	自主訓練	水遊び	ドライブ			

お知らせ

・かかりつけ医の変更があればお知らせください。
また内服薬に変更があった場合もお知らせくだ
さい。



給食だより

太陽がまぶしく、日増しに暑くなってきました。はじめと
蒸し暑く、体を動かすとたくさん汗をかきます。動かさなくても、徐々に
体の中の水分は失われます。こまめに水分を取り、熱中症を防ぎましょう。



2024年7月
西部在宅障害者福祉センター

1 (月)	2 (火)	3 (水)	4 (木)	5 (金)
ごはん 麻婆豆腐 小松菜のサラダ 中華風コンスープ ヨーグルト エネルギー - 643 kcal 蛋白質 33.4 g	ごはん 鱈の甘酢あんかけ おろしあえ 味噌汁 エネルギー - 645 kcal 蛋白質 26.7 g	ごはん 豚肉の生姜焼き トマトとザーサイの冷奴 味噌汁 エネルギー - 726 kcal 蛋白質 35.7 g	ごはん ヤンニョムチキン ブロッコリーのサラダ 焼き茄子 ソルロンタン風スープ エネルギー - 774 kcal 蛋白質 32.2 g	七夕オムハヤシ サラダ 七夕ゼリー エネルギー - 769 kcal 蛋白質 24.3 g
8 (月)	9 (火)	10 (水)	11 (木)	12 (金)
ごはん ミックスフライ 胡瓜の梅肉和え 赤だし エネルギー - 675 kcal 蛋白質 22.0 g	天津飯 春雨のサラダ スープ ヤクルト エネルギー - 604 kcal 蛋白質 28.8 g	炊き込みご飯 冷しうどん もやしの酢の物 エネルギー - 621 kcal 蛋白質 32.1 g	ごはん 親子煮 かぼちゃサラダ 味噌汁 エネルギー - 654 kcal 蛋白質 28.6 g	ロールパン たらのパン粉焼き ラトウユソース ミモザサラダ スープ/ヨーグルト エネルギー - 638 kcal 蛋白質 30.4 g
15 (月)	16 (火)	17 (水)	18 (木)	19 (金)
海の日	ごはん チキン南蛮 温野菜サラダ 五目金平 味噌汁 エネルギー - 706 kcal 蛋白質 40.9 g	ごはん お好み焼き風豆腐ハンバーグ カリフラワーの胡麻甘酢 とうがんの煮物 味噌汁/抹茶のデザート エネルギー - 662 kcal 蛋白質 27.0 g	ごはん 鮭照り焼き ピーマンソテー 青菜と厚揚げの煮物 かきたま汁 エネルギー - 675 kcal 蛋白質 35.5 g	枝豆ご飯 冷し中華 春巻き エネルギー - 640 kcal 蛋白質 31.1 g
22 (月)	23 (火)	24 (水)	25 (木)	26 (金)
夏野菜キーマカレー サラダ 福神漬 エネルギー - 689 kcal 蛋白質 26.6 g	ごはん かれの唐揚げ じゃが芋のそぼろ煮 味噌汁/ふりかけ いちごババロア エネルギー - 703 kcal 蛋白質 25.8 g	うな玉ちらし 茄子田楽 すまし汁 エネルギー - 634 kcal 蛋白質 22.1 g	ごはん 八宝菜 棒棒鶏サラダ スープ 杏仁豆腐 エネルギー - 631 kcal 蛋白質 36.8 g	ごはん 冷しゃぶ なすのごま味噌和え すまし汁 エネルギー - 628 kcal 蛋白質 28.6 g
29 (月)	30 (火)	31 (水)	<p>☆☆☆ 今月のリクエストで は、久々に天津飯が 登場します。 お楽しみに！</p>	
ごはん 鯖の塩胡椒焼き 揚げ茄子のおろしポン酢和え 味噌汁/ジョア エネルギー - 594 kcal 蛋白質 27.3 g	えびピラフ サラダ ポトフ風スープ プリンアラモード エネルギー - 659 kcal 蛋白質 19.7 g	ごはん 若鶏と夏野菜のトマト煮 ポテトサラダ スープ エネルギー - 643 kcal 蛋白質 33.6 g		

(重心デイクアの摂取量は基本、表示の約7割です。献立は都合により変更する場合がございます。ご了承ください。)