



ラポートかわら版

秋

2024年 10月号

西部在宅障害者福祉センター

重症心身障害者デイケア ラポートたるみ

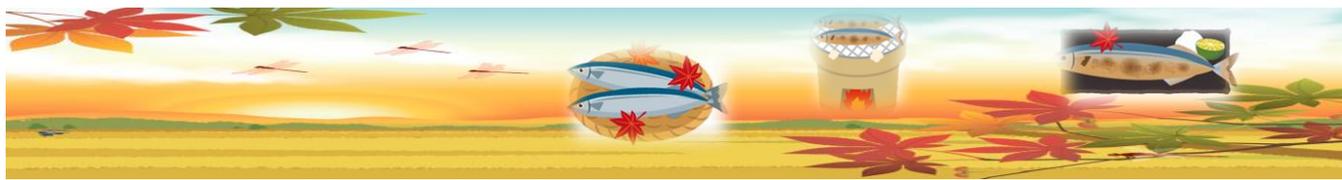
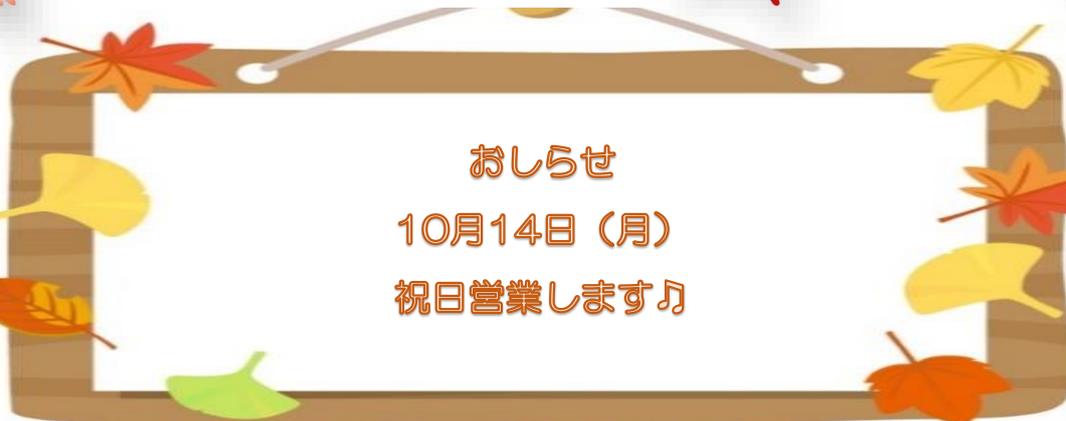


過ごしやすい気温になり、待ちわびた秋の訪れを感じるようになりました。
皆様いかがお過ごしでしょうか。日頃からデイケアラポートたるみの運営にご理解とご協力を賜り
ありがとうございます。

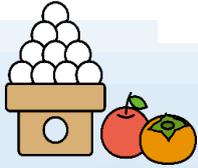
つい最近まで、お米が店頭から消え品薄状態になっていましたが、ようやく商品が棚に並べられ
ているようになり少し安心しています。(ただ、値段も上がってしまいましたが…)
災害だけでなく、予測できない事態は社会全体でもまた、個人の事情においても起こるものと痛
感しています。「備える」ことも大切ではありますが、何事もない日々感謝し笑顔で過ごすことで、
少しでも気持ちを軽く出来ればいいなと思います。

センターでは、各班に分かれて参加する日帰り旅行も始まっています。昼夜の寒暖差もあるので、
体調を整えてベストコンディションで日帰り旅行をみんなと一緒に楽しみましょう～！

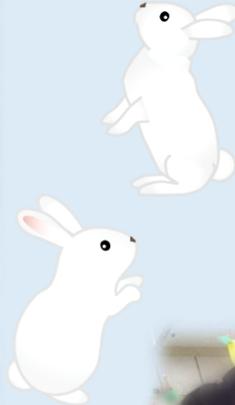
管理者



音楽療法



みんな音楽が大好きですねえ～♪
♪ どんどこどん ♪



神戸市立西部在宅障害者福祉センター

《2024年度10月予定表》

		シリウス	ペガサス
1日	火	ボーリング	カレンダー
2日	水	ドライブ	神経衰弱
3日	木	神経衰弱	自主訓練
4日	金	自主訓練	散歩
5日	土		
6日	日		
7日	月	日帰り旅行2日目	
8日	火	音楽療法・自主訓練	音楽療法・自主訓練
9日	水	散歩	テーブルホッケー
10日	木	カレンダー	ドライブ
11日	金	職員企画	カレンダー
12日	土		
13日	日		
14日	月	カレンダー	双六
15日	火	テーブルホッケー	パターゴルフ
16日	水	自主訓練	カレンダー
17日	木	日帰り旅行3日目	
18日	金	散歩	自主訓練
19日	土		
20日	日		
21日	月	10月生まれ誕生日会	ボーリング
22日	火	散歩	散歩
23日	水	双六	自主訓練
24日	木	自主訓練	風船バレー
25日	金	カレンダー	職員企画
26日	土		
27日	日		
28日	月	散歩	自主訓練
29日	火	日帰り旅行4日目	
30日	水	自主訓練	カレンダー
31日	木	ハロウィン合同企画	



給食だより

2024年10月

朝夕、ひんやりした風が吹き、虫たちの鳴く声に秋の訪れを感じますね。
秋は、体を動かす事が気持ちの良いシーズンです。たくさん動いておなかをすかせて
食欲の秋を楽しみましょう。

西部在宅障害者福祉センター

	1 (火)	2 (水)	3 (木)	4 (金)
	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん小
	チーズポークピカタ	八宝菜	赤魚のおろし煮	かき揚げうどん
	切り干し大根の煮物	春巻き	きゅうりとしらすの酢の物	なすのごま味噌和え
	味噌汁	わかめスープ	けんちん汁	
	ふりかけ		ヨーグルト	
	エネルギー - 684 kcal 蛋白質 30.2 g	エネルギー - 710 kcal 蛋白質 29.7 g	エネルギー - 540 kcal 蛋白質 28.5 g	エネルギー - 606 kcal 蛋白質 15.7 g
7 (月)	8 (火)	9 (水)	10 (木)	11 (金)
ごはん	秋のちらし寿司	ごはん	ごはん	ごはん
鯖の黒胡椒焼き	茶わん蒸し	親子煮	冷しゃぶ	鶏天
マカロニサラダ	赤だし	なます	筑前煮	小松菜の辛子和え
スープ	抹茶わらび餅	味噌汁/プリン	味噌汁/のりつく	味噌汁
エネルギー - 695 kcal 蛋白質 32.4 g	エネルギー - 585 kcal 蛋白質 23.9 g	エネルギー - 629 kcal 蛋白質 32.0 g	エネルギー - 677 kcal 蛋白質 27.3 g	エネルギー - 618 kcal 蛋白質 31.1 g
14 (月)	15 (火)	16 (水)	17 (木)	18 (金)
ごはん	ごはん	ごはん小	ごはん	ごはん
クリームシチュー	すき煮	しっとりソース焼きそば	ヤンニョムチキン	ホイル焼き
ごぼうサラダ	いんげんの胡麻和え	青菜とがんもの煮物	ナムル/スープ	野菜たっぷり卵の花
ゼリー	味噌汁	味噌汁/フルーツ	パンナコッタ	豚汁
エネルギー - 627 kcal 蛋白質 25.8 g	エネルギー - 585 kcal 蛋白質 29.6 g	エネルギー - 629 kcal 蛋白質 29.0 g	エネルギー - 731 kcal 蛋白質 34.6 g	エネルギー - 599 kcal 蛋白質 31.2 g
21 (月)	22 (火)	23 (水)	24 (木)	25 (金)
ごはん	ごはん	リクエスト	ごはん	ごはん
麻婆豆腐	ムニエル	ごはん	牛すじ大根	鶏とさつま芋の煮物
れんこんの中華和え	いんげんのおかか和え	煮込みハンバーグ	柚香和え	もやしときゅうり甘酢
スープ	焼き茄子のスイートチリソース	バーニャカウダ風サラダ	味噌汁	味噌汁
ヨーグルト	すまし汁	コーンスープ		フルーツ
エネルギー - 628 kcal 蛋白質 30.9 g	エネルギー - 626 kcal 蛋白質 32.6 g	エネルギー - 663 kcal 蛋白質 24.8 g	エネルギー - 642 kcal 蛋白質 39.9 g	エネルギー - 605 kcal 蛋白質 25.2 g
28 (月)	29 (火)	30 (水)	31 (木)	
ごはん	カレーライス	ごはん	ロールパン	
チキン南蛮タルタルソース	ブロッコリーのサラダ	鮭と秋野菜の甘酢あん	ハロウィングラタン	
おろし和え	フルーツポンチ	ひじき	サラダ	
赤だし		味噌汁	スープ	
			デザート	
エネルギー - 687 kcal 蛋白質 39.6 g	エネルギー - 629 kcal 蛋白質 24.7 g	エネルギー - 762 kcal 蛋白質 28.9 g	エネルギー - 670 kcal 蛋白質 26.1 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。)