



ラポートかわら版

令和6年 12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 ラポートたるみ



2024年も残すところ1か月となりました。この時期になりますと、毎年年賀状の作成に追われていました。2024年10月から郵便料金の改定により葉書が3割以上の値上げで85円に。この金額になり年賀状を出すことを諦めました。年賀状といえば、普段会うことが無い方などの近況を知ることが出来る唯一のものだったのですが寂しい限りです。これまで年賀状については、メールでの新年の挨拶が普及し売れ上げが落ち込んだことが記憶に新しいですが、今回の値上げでさらに年賀状を出す人は少なくなるのではないのでしょうか？これまで経験してきた古き良き日本の習慣が薄れていくことは残念に感じます。

さて、今年1年の大きなニュースは何だったかと振り返ってみました。個人的には少子化が加速し2024年に生まれたお子さんが70万人を切りそうであると報道を見たときは大変驚きました。私自身が第二次ベビーブーム世代なので200万人が同じ年に生まれました。私の中学校は県下でもマンモス校で一学年500人が在籍し、卒業アルバムでも見たことがない人がいたことを懐かしく思い出しました。

センターはクリスマス会で2024年を締めくくります。2025年は利用者の皆様、ご家族の皆様にとってもより良い1年でありますようにセンター職員一同精進していきたいと思っております。

センター長



多聞の丘小学校の音楽 会練習を見学しました♪



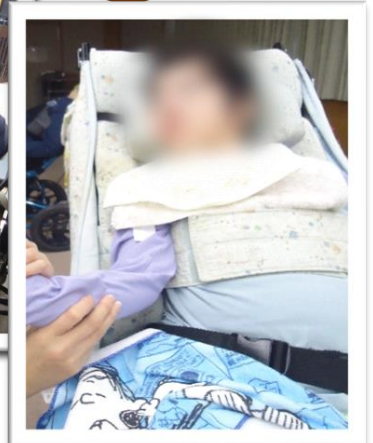
10月25日(金)に、多聞の丘小学校の音楽会練習を見学してきました！当日はお天気にも恵まれ、小学校に到着すると嬉しそうな様子の利用者の方もいらっしゃいました。合唱が始まると、体育館が小学生の素敵なハーモニーに包まれ、みなさんうっとり耳を澄ませていました。合奏はみなさんもよく知っている“マツケンサンバ”でした！曲調が変わり、楽器の大きな音に驚いた様子の利用者の方もいらっしゃいましたが、ノリの良い音楽を聴いているうちに自然と体が動きだし、手を叩いたり、小学生のダンスを見ながら一緒に踊ったりと、思い思いに楽しまれました♪帰り道では、小学生のみなさんが手を振ってくれたり話しかけてくれたりして、利用者の方々は元気いっぱい小学生と触れ合えて嬉しそうな様子でした。

次の交流会は1月です！私たちが考えた企画を行うので、楽しい企画をこれから考えましょう♪

生活支援員



ギターコンサート



今年もすぎたじゅんじ氏に来ていただき
ギターコンサートを開催しました♪
“六甲おろし” “糸” “366日” etc...
リクエストから色々な歌を披露して下さいました。
軽快なトークと、素敵な演奏で
とても楽しいひと時となりました😊

お知らせとお願い

だんだんと寒くなってきました。
上着やフランクットを着用の際は
胸ベルトや腰ベルトの付け忘れに
お気を付けください。



今月の行事予定

12月17日
クリスマス会

今年もお世話に
なりました。

どうぞ良いお年を
お迎えください♡

営業日についてのお知らせ



年内の営業は、12月27日(金)までとなります。
翌、12月28日(土)～令和7年1月5日(日)まで
冬季休館日です。
年明けの営業は、令和7年1月6日(月)から
営業開始となります。
何卒よろしくお願いいたします。



神戸市立西部在宅障害者福祉センター

《2024年度12月予定表》

		シリウス	ペガサス
1日	日		
2日	月	カレンダー	自主訓練
3日	火	クリスマス会準備	クリスマス会準備
4日	水	お正月飾り作り	テーブルホッケー
5日	木	ドライブ	お正月飾り作り
6日	金	自主訓練	カレンダー
7日	土		
8日	日		
9日	月	クリスマス会準備	クリスマス会準備
10日	火	お正月飾り作り	お正月飾り作り
11日	水	自主訓練	自主訓練
12日	木	風船バレー	12月生まれ誕生日会
13日	金	カレンダー	ドライブ
14日	土		
15日	日		
16日	月	神経衰弱	ボーリング
17日	火	🎄クリスマス会🎄	
18日	水	双六	足浴
19日	木	自主訓練	風船バレー
20日	金	ボーリング	自主訓練
21日	土		
22日	日		
23日	月	自主訓練	自主訓練
24日	火	足浴	お正月飾り作り
25日	水	テーブルホッケー	双六
26日	木	年末会	足浴
27日	金	大掃除	クリスマス・年末会 音楽活動
28日	土		
29日	日		
30日	月		
31日	火		

給食だより

2024年12月



朝・夕の空気もすっかりと冷え、寒さの厳しい季節になってきました。12月は行事がたくさんあり、楽しみの多い月ですね。体調を崩すことのないよう、しっかり食べて、笑って、免疫力を高めましょう。



西部在宅障害者福祉センター

2 (月)	3 (火)	4 (水)	5 (木)	6 (金)
<p>ごはん</p> <p>鯖味噌漬け焼き 青菜と厚揚げの煮物</p> <p>すまし汁</p> <p>ヨーグルト </p> <p>エネルギー - 570 kcal</p> <p>蛋白質 32.9 g</p>	<p>ごはん</p> <p>豚肉の生姜焼き 柚香和え</p> <p>味噌汁</p> <p>エネルギー - 760 kcal</p> <p>蛋白質 32.9 g</p>	<p>ごはん</p> <p>ミックスフライ 和風おろしサラダ</p> <p>赤だし </p> <p>エネルギー - 678 kcal</p> <p>蛋白質 21.8 g</p>	<p>ごはん</p> <p>おでん </p> <p>春菊の胡麻和え</p> <p>味噌汁</p> <p>フルーツ </p> <p>エネルギー - 662 kcal</p> <p>蛋白質 33.1 g</p>	<p>ごはん</p> <p>かれのいのムニエル 白菜のクリーム煮</p> <p>スープ</p> <p>ジョア </p> <p>エネルギー - 652 kcal</p> <p>蛋白質 31.4 g</p>
9 (月)	10 (火)	11 (水)	12 (木)	13 (金)
<p>ごはん</p> <p>若鶏唐揚</p> <p>大根の煮物</p> <p>味噌汁 </p> <p>エネルギー - 693 kcal</p> <p>蛋白質 34.4 g</p>	<p>ごはん</p> <p>ミートソースグラタン 変わり温泉卵</p> <p>スープ </p> <p>エネルギー - 667 kcal</p> <p>蛋白質 27.0 g</p>	<p>ごはん</p> <p>鮭の塩胡椒焼き 厚揚げのきのこあんかけ</p> <p>味噌汁</p> <p>ゼリー </p> <p>エネルギー - 634 kcal</p> <p>蛋白質 31.4 g</p>	<p>ごはん</p> <p>お好み焼き風豆腐ハンバーグ</p> <p>切り干し大根</p> <p>豚汁 </p> <p>エネルギー - 584 kcal</p> <p>蛋白質 27.6 g</p>	<p>ごはん</p> <p>すき煮</p> <p>ごぼうサラダ</p> <p>味噌汁 </p> <p>エネルギー - 581 kcal</p> <p>蛋白質 27.3 g</p>
16 (月)	17 (火)	18 (水)	19 (木)	20 (金)
<p>ごはん小</p> <p>カレーうどん</p> <p>おろし和え </p> <p>エネルギー - 672 kcal</p> <p>蛋白質 25.0 g</p>	<p>ロールパン</p> <p>クリスマスプレート</p> <p>コーンスープ</p> <p>デザート </p> <p>エネルギー - 850 kcal</p> <p>蛋白質 45.0 g</p>	<p>ごはん</p> <p>韓国風肉じゃが 春雨サラダ</p> <p>サムゲタン風スープ </p> <p>エネルギー - 684 kcal</p> <p>蛋白質 34.1 g</p>	<p>ごはん</p> <p>赤魚の煮つけ</p> <p>ジャガイモのベーコン炒め</p> <p>味噌汁 </p> <p>フルーツ </p> <p>エネルギー - 632 kcal</p> <p>蛋白質 31.0 g</p>	<p>ごはん</p> <p>チキンピカタ</p> <p>かぼちゃのそぼろ煮</p> <p>味噌汁 </p> <p>柚子茶ゼリー</p> <p>エネルギー - 681 kcal</p> <p>蛋白質 33.0 g</p>
23 (月)	24 (火)	25 (水)	26 (木)	27 (金)
<p>ハヤシライス</p> <p>ミモザサラダ</p> <p>ジョア </p> <p>エネルギー - 680 kcal</p> <p>蛋白質 26.8 g</p>	<p>ごはん</p> <p>鮭の柚庵焼き 稲荷揚げの炊き合わせ</p> <p>味噌汁 </p> <p>フルーツ </p> <p>エネルギー - 639 kcal</p> <p>蛋白質 33.8 g</p>	<p>えびピラフ</p> <p>クリスマス風サラダ</p> <p>ミネストローネ </p> <p>エネルギー - 636 kcal</p> <p>蛋白質 25.3 g</p>	<p>ごはん</p> <p>麻婆豆腐</p> <p>棒棒鶏風サラダ</p> <p>卵スープ</p> <p>ヨーグルト</p> <p>エネルギー - 604 kcal</p> <p>蛋白質 28.5 g</p>	<p>ごはん小</p> <p>年越しちゃんぽん麺</p> <p>焼きぎょうざ</p> <p>杏仁豆腐 </p> <p>エネルギー - 736 kcal</p> <p>蛋白質 30.0 g</p>

(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。)