

3月



ラポートかわら版

2024年度3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

冬の寒さから天気の良い日は、季節の移り変わりを感じる日差しとなってきました。皆さまいかがお過ごしでしょうか。

2月は、恒例の3グループ交流会「赤鬼の奪い愛」が行われました。今年の交流会は、デイケア2グループとデイセンターとの合同行事として行っています。いつもとちがう雰囲気なのか、皆さんいい表情で参加されていました。

イベントや季節を感じる行事は、テーマは同じでもどのような内容なら楽しむことが出来るか、どう盛り上げていくかを職員がアイデアを振り絞り、毎回試行錯誤しながら計画を立て準備をしています。今後もひとつひとつの行事を大切にし、利用者、職員みんなで特別な時間を過ごしていきたいと思えます。

3月末には、桜の季節到来ですね。今年もみなでお花見に行きましょう～！！

3月の予定

3月3日(月)、5日(水) 多聞の丘小4年交流会

**3月31日(月) 次年度準備のため
利用者早帰りとなります。**



お知らせ

曜日外利用について

2025年度から曜日外利用を希望される方は、送迎サービスを含めてご利用いただけます。希望される場合は、ご連絡をいただきますようお願いいたします。なお送迎時間につきましては調整後ご連絡をさせていただくことを、あらかじめご了承ください。

3グループ交流会～奪い愛♡～

今回は2月ということで、節分とバレンタインをテーマに
3グループ交流会をしました🐱

午前は寸劇とダンス♪

午後は青オニたちが赤オニを
奪い合うためのゲーム！

さて、どの青オニが赤オニを射止めたのでしょうか♡

奪い愛が始まります…

この想い届けボールに込めて♡
各グループの恋を応援するため
みなさん豆まきのごとく
想い玉を投げました♡

プロポーズ大作戦！

赤オニに気持ちを
伝えるために
プロポーズの言葉を
みんなで考えました！

利用者の皆さんも自作のツノを着けて参加してもらいました♡

青オニと赤オニの
カップル成立～♡

I♡YOU

神戸市立西部在宅障害者福祉センター			
《2024年度3月予定表》			
		シリウス	ペガサス
1日	土		
2日	日		
3日	月	ひな祭り	ひな祭り
4日	火	自主訓練	アルバム
5日	水	アルバム	ボーリング
6日	木	ドライブ	自主訓練
7日	金	和紙染め	
8日	土		
9日	日		
10日	月	ボーリング	自主訓練
11日	火	アルバム	神経衰弱
12日	水	テーブルホッケー	ドライブ
13日	木	自主訓練	双六
14日	金	3月生まれ誕生日会	アルバム
15日	土		
16日	日		
17日	月	アルバム	アルバム
18日	火	職員企画	自主訓練
19日	水	自主訓練	風船バレー
20日	木		
21日	金	双六	カーリング
22日	土		
23日	日		
24日	月	自主訓練	自主訓練
25日	火	パターゴルフ	テーブルホッケー
26日	水	カーリング	3月生まれ誕生日会
27日	木	年度末会	年度末会
28日	金	神経衰弱	パターゴルフ
29日	土		
30日	日		
31日	月	利用者早帰り	

給食だより

2025年3月



ぽかぽかと日差しが温かく感じられる季節となりました。食卓の色彩も華やかに感じますね。楽しく、美味しく春を味わいましょう。



西部在宅障害者福祉センター

3 (月)	4 (火)	5 (水)	6 (木)	7 (金)
ちらし寿司 おろし和え すまし汁 デザート エネルギー - 576 kcal 蛋白質 16.5 g	ごはん とり天 小松菜の辛子和え 味噌汁 エネルギー - 735 kcal 蛋白質 29.8 g	ごはん 豚肉の柳川風煮 人参ドレサラダ 味噌汁 エネルギー - 684 kcal 蛋白質 32.7 g	ごはん 鮭のマヨマスタード焼き ジャーマンポテト スープ/プリン エネルギー - 677 kcal 蛋白質 32.4 g	ロールパン ビーフシチュー 変わり温泉卵 エネルギー - 633 kcal 蛋白質 29.3 g
10 (月)	11 (火)	12 (水)	13 (木)	14 (金)
ごはん 鯖の唐揚げ 菜味おろし 柚香和え 味噌汁 エネルギー - 624 kcal 蛋白質 30.7 g	ビビンバ 菜の花のポテトサラダ スープ フルーツ エネルギー - 641 kcal 蛋白質 30.3 g	ごはん ハ宝菜 中華サラダ ワカメスープ/ヨーグルト エネルギー - 530 kcal 蛋白質 24.0 g	ごはん 和風おろしハンバーグ 若竹煮 味噌汁 エネルギー - 636 kcal 蛋白質 28.9 g	たきこみごはん (小) きつねうどん 春キャベツのサラダ 柚子茶ゼリー エネルギー - 602 kcal 蛋白質 26.8 g
17 (月)	18 (火)	19 (水)	20 (木)	21 (金)
ごはん チキン南蛮柴漬けタルタル 人参しりしり クラムチャウダー エネルギー - 681 kcal 蛋白質 38.7 g	カレーライス マカロニサラダ 福神漬 ヨーグルト エネルギー - 756 kcal 蛋白質 25.4 g	ごはん 鯖の木の芽味噌焼き アスパラと人参の白和え すまし汁/抹茶のデザート エネルギー - 623 kcal 蛋白質 32.8 g	春分の日 	ごはん 一口カツ 和風おろしサラダ 赤だし エネルギー - 707 kcal 蛋白質 26.6 g
24 (月)	25 (火)	26 (水)	27 (木)	28 (金)
チャーハン かぼちゃサラダ ワンタンスープ ジョア エネルギー - 670 kcal 蛋白質 21.4 g	ごはん 豚肉の生姜焼き 小松菜のサラダ 味噌汁 エネルギー - 693 kcal 蛋白質 32.7 g	ごはん 若鶏唐揚げ スナッペンエンドウの和え物 中華風コーンスープ エネルギー - 731 kcal 蛋白質 39.2 g	ごはん チキンのトマト煮込み スパゲティーサラダ スープ/ヨーグルト エネルギー - 655 kcal 蛋白質 33.0 g	ごはん 魚とごぼうの煮つけ 若竹ペペロンチーノ風 味噌汁/さくら杏仁 エネルギー - 621 kcal 蛋白質 34.8 g
31 (月)	3月が旬の食べ物は、春キャベツ、菜の花、新玉葱、アスパラ、筍など、冬の間に弱った体の調子を整えてくれるビタミン類・ミネラルが豊富な食材ばかり。さらに、3月は寒暖差が激しく気圧の変化も著しいため、疲れや体のだるさを感じやすくなります。旬の食材を取り入れて免疫力を高めましょう。			
ごはん小 カレーうどん 温玉とアスパラのサラダ エネルギー - 671 kcal 蛋白質 28.5 g	春の野菜 			

(重心ディ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更する場合がございます。ご了承ください。)