



ラポートかわら



令和7年 7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



梅雨に入りジメジメと蒸し暑い日が続いていますが、いかがお過ごしでしょうか。
今年は特に暑さへの備えが重要とされており、6月から企業で熱中症対策が義務化されるなど、社会全体で暑さへの意識が高まっています。ラポートたるみでも、熱中症警戒アラートの情報に注視しながら、こまめな水分補給や室温管理を徹底し利用者の皆さまの安全を第一に取り組んでいきます。

さて、暑さの中にも“夏らしさ”を楽しんでいただけたらという思いから、今月も季節を感じられる活動をご用意しています。なかでも7月の目玉は、お化け屋敷イベント『お化け屋敷だけどスヌーズレン!?』です。怖がらせるだけではなく、音や光、香りなど五感を通して楽しめる工夫をたくさん詰め込んでいます。少し特別なお化け屋敷をお楽しみに！

梅雨が明けるといよいよ夏本番ですね。暑さに負けず元気に夏を楽しんでいきましょう。



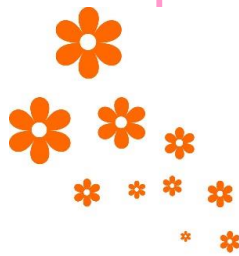
ボールプールスライダー



ビニールプールとカラーボールを使ってボールプールスライダーをしました。上下左右に揺られて、普段感じるここのない動きに皆さん様々な表情をされていました。

シリウス

今年の感謝デーのプレゼントは
梅雨にピッタリ!
アンブレラマーカー🌟
これを付けていれば
自分の傘をひと目で
見つけられます!!
色付けやシールを貼ったり
デザインも様々😊
最後はレジンで仕上げて
ぷっくりキレイになりました。



感謝デー



ペガサス

今年の感謝デーは眼鏡
ケースを作りました♪
元になったのはなんと牛乳
パック🌟
牛乳パックとは思えない
しっかりとした出来栄に
なりました。
生地の手選びや、布の貼り
付けなど頑張って作りまし
た。使っていただけると、嬉



～お知らせ～

- ・7月21日(月)は祝日のため、休業となります。
- ・雨天時に着用いただいているレインコートですが、センター到着後に干す場所がありませんので、送迎車の乗降の際にその都度ご持参、持ち帰りをお願いいたします。

神戸市立西部在宅障害者福祉センター

《2025年度7月予定表》

		シリウス	ペガサス
1日	火	3G準備	自主訓練
2日	水	自主訓練	3G準備
3日	木	職員企画	ボーリング
4日	金	3G準備	3G準備
5日	土		
6日	日		
7日	月	七夕企画	職員企画
8日	火	音楽療法/自主訓練	音楽療法/3G準備
9日	水	すごろく	すごろく
10日	木	3G準備	ドライブ
11日	金	誕生日会①	カレンダー
12日	土		
13日	日		
14日	月	3G準備	3G準備準備
15日	火	スヌーズレン	自主訓練
16日	水	3G準備	3G準備
17日	木	3グループ交流会🎵	
18日	金	カレンダー	誕生日会
19日	土		
20日	日		
21日	月	海の日	
22日	火	ドライブ	神経衰弱
23日	水	誕生日会②	スヌーズレン
24日	木	バスケ	バスケ
25日	金	自主訓練	テーブルホッケー
26日	土		
27日	日		
28日	月	音楽活動	カレンダー
29日	火	カレンダー	風船バレー
30日	水	夏の制作案決め	自主訓練
31日	木	神経衰弱	自主訓練



給食だより

2025年7月

太陽がまぶしく、日増しに暑くなってきました。じめじめと蒸し暑く、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。

西部在宅障害者福祉センター

	1 (火)	2 (水)	3 (木)	4 (金)
	ごはん 豚肉の生姜焼き トマトキムチ奴 味噌汁 エネルギー - 711 kcal 蛋白質 34.1 g	ごはん 鮭照り焼き 青菜と厚揚げの煮物 かきたま汁/ヨーグルト エネルギー - 661 kcal 蛋白質 28.3 g	ごはん 麻婆なす 棒棒鶏サラダ スープ 果物 エネルギー - 667 kcal 蛋白質 31.0 g	ごはん カツとし おろし和え 赤だし エネルギー - 667 kcal 蛋白質 31.5 g
7 (月)	8 (火)	9 (水)	10 (木)	11 (金)
ロールパン セタ冷製パスタ サラダ セタゼリー エネルギー - 716 kcal 蛋白質 22.1 g	ごはん 鱈の香草パン粉焼き ミモザサラダ ビシソワーズ エネルギー - 628 kcal 蛋白質 30.7 g	ごはん 肉じゃが きゅうりとしらすの酢の物 味噌汁 のり佃煮 エネルギー - 721 kcal 蛋白質 39.9 g	ごはん 豚肉の味噌漬け焼き 切り干し大根の煮物 味噌汁 エネルギー - 594 kcal 蛋白質 32.4 g	チャーハン 春雨のマヨネーズサラダ サムゲタン風スープ 牛乳かん エネルギー - 600 kcal 蛋白質 15.8 g
14 (月)	15 (火)	16 (水)	17 (木)	18 (金)
炊き込みご飯 冷しゃぶ 焼き茄子 すまし汁 エネルギー - 627 kcal 蛋白質 31.9 g	ごはん 煮込みハンバーグ とうがんの煮物 味噌汁 果物 エネルギー - 646 kcal 蛋白質 26.4 g	枝豆ご飯 冷し中華 餃子 エネルギー - 626 kcal 蛋白質 32.3 g	ごはん 夏野菜と鶏のトマト煮 ポテトサラダ スープ エネルギー - 641 kcal 蛋白質 33.1 g	ごはん かれの唐揚げ 薬味おろし じゃが芋のそぼろ煮 味噌汁/ふりかけ デザート エネルギー - 719 kcal 蛋白質 32.4 g
21 (月)	22 (火)	23 (水)	24 (木)	25 (金)
	ごはん チキン南蛮タルタルソース 温野菜サラダ ひじき ヨーグルト エネルギー - 657 kcal 蛋白質 31.8 g	ごはん マカロニグラタン ごぼうサラダ 味噌汁 エネルギー - 675 kcal 蛋白質 28.1 g	ごはん 白身魚の甘酢あん いんげんとちくわのごま和え 味噌汁 エネルギー - 621 kcal 蛋白質 26.5 g	エクアドル料理 ごはん セコ・デ・チャンチョ セビーチェ デザート エネルギー - 684 kcal 蛋白質 25.0 g
28 (月)	29 (火)	30 (水)	31 (木)	
ごはん 鯖の塩胡椒焼き ささみとピーマンの中華和え 味噌汁 ジョア エネルギー - 701 kcal 蛋白質 39.1 g	カレーライス キャベツとツナのサラダ 福神漬 エネルギー - 蛋白質 26.3 g	ごはん 八宝菜 れんこんと小松菜のサラダ スープ 杏仁豆腐 エネルギー - 684 kcal 蛋白質 29.6 g	うな玉ちらし 茄子田楽 すまし汁 抹茶プリン エネルギー - 628 kcal 蛋白質 23.2 g	

世界の料理！ ～エクアドル編～

赤道直下に位置するエクアドルは、山や海に囲まれた自然豊かな国で、バナナやトウモロコシなどの農産物や、海の幸を使った色鮮やかな料理がたくさんあります。

セコ・デ・チャンチョ 柔らかく煮込んだ豚肉を香味野菜とハーブで煮込んだ家庭料理です。ごはんに乗せて食べてみましょう。

セビーチェ 魚介をライムなどの柑橘類でマリネしたさっぱりとした一品。セビーチェは南米で広く食べられていますが、エクアドルのものは水分が多く、トマトを多く使うことが特徴的です。今回は給食向けに優しい味わいに仕上げます。

チョコレートデザート エクアドルといえ高品質なカカオの産地。甘いデザートで食後も南米気分を味わってみてください。

(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。)