

11月 Nobember

ラポートかわら版

令和7年 11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



日中の陽射しが心地よく、秋の風が少しずつ深まってきたね。お散歩やお出かけにもぴったりの季節になりました。

ラポートたるみでは10月に須磨シーワールドへ日帰り旅行に行ってきました。大きな水槽の中を泳ぐ魚を目で追ったり、イルカやオルカのショーでは目をキラキラさせて見て、ジャンプの度に驚きの表情をしたりと、様々な表情で楽しめました。

そして私ごとですが、この秋に我が家にも“新入り”がやってきました。笑顔や寝顔を見ていると、日々の中にたくさんの喜びがあることを実感しています。ラポートでも家庭でも、笑顔が増える瞬間を大切にしていきたいと思います。

11月には別のグループの皆さんも須磨シーワールドへ！また新しい出会いや笑顔が生まれることを職員一同楽しみにしています。



休館日

11月3日（月） 文化の日
11月24日（月） 振替休日



年末年始
休業のお知らせ



年内の営業は、
12月26日(金)までとなります。
年明けの営業は、
令和8年1月5日(月)から
営業開始となります。
よろしくお願ひいたします。

11月行事



11月25日(火)

ギターコンサート

11月26日(水)

アフタヌーンティパーティ



★どちらも曜日外の方のご参加も可能です♪
後日お知らせを配布いたします。



10月6日（月）
お月見企画で野点をしました ☕
点てたあとは牛乳で割り
抹茶オレにして飲みました😊



日帰り旅行へ参加される皆様へ



オルカショー等のショーは
屋外のため体が冷えやすいです。
暖かい服装でご参加ください♪



持ち物に
名前の記入を
お願いします。



神戸市立西部在宅障害者福祉センター

《2025年度11月予定表》

		シリウス	ペガサス
1日	土		
2日	日		
3日	月		
4日	火	日帰り旅行3班目	
5日	水	音楽活動	ボーリング
6日	木	自主訓練	自主訓練
7日	金	ゲーム	スヌーズレン
8日	土		
9日	日		
10日	月	マッサージ	自主訓練
11日	火	全体活動	
12日	水	テーブルホッケー	秋を感じよう会
13日	木	日帰り旅行4班目	
14日	金	自主訓練	クリスマス会準備
15日	土		
16日	日		
17日	月	全体活動	
18日	火	自主訓練	クリスマス会準備
19日	水	職員企画	カレンダー
20日	木	クリスマス準備	職員企画
21日	金	全体活動	
22日	土		
23日	日		
24日	月		
25日	火	誕生日会／ギターコンサート	
26日	水	アフタヌーンティーパーティ	
27日	木	野球	クリスマス会準備
28日	金	クリスマス準備	自主訓練
29日	土		
30日	日		

給食だより

2025年11月



公園の木々の葉も色づき、だんだんと秋が深まってきたね。朝晩の寒さも増してきました。

風邪や感染症のウイルスを防ぐためには、からだを温め、免疫機能を高めることができます。

大切なことです。旬の食べ物から充分に栄養を摂取し、からだを整え寒い冬に備えましょう。



西部在宅障害者福祉センター

3(月)	4(火)	5(水)	6(木)	7(金)
<p>文化の日</p> <p>ごはん 一口カツ れんこんと小松菜のサラダ スープ エネルギー - 673 kcal 蛋白質 25.4 g</p>	<p>ごはん 野菜炒め 白和え 味噌汁 フルーツ エネルギー - 668 kcal 蛋白質 28.3 g</p>	<p>ごはん 鯖みそ煮 キャベツと人参のごまぽん酢 すまし汁 牛乳かん エネルギー - 644 kcal 蛋白質 31.5 g</p>	<p>ごはん 豚肉の生姜焼き おろし和え 味噌汁 エネルギー - 638 kcal 蛋白質 29.6 g</p>	
10(月)	11(火)	12(水)	13(木)	14(金)
<p>ごはん ムニエル ポークピーンズ スープ/ゼリー エネルギー - 623 kcal 蛋白質 30.9 g</p>	<p>ごはん ちゃんぽん麺 しゅうまい ふりかけ/果物 エネルギー - 673 kcal 蛋白質 29.1 g</p>	<p>ごはん きのこの煮込みハンバーグ ひじき 味噌汁 エネルギー - 682 kcal 蛋白質 31.2 g</p>	<p>ごはん 親子煮 茄子田楽 味噌汁 エネルギー - 644 kcal 蛋白質 30.3 g</p>	<p>カレーライス 大根サラダ ヨーグルト 福神漬 エネルギー - 640 kcal 蛋白質 23.4 g</p>
17(月)	18(火)	19(水)	20(木)	21(金)
<p>ごはん 肉じゃが 春菊と竹輪の胡麻和え 味噌汁 ジョア エネルギー - 676 kcal 蛋白質 32.8 g</p>	<p>そぼろ丼 里芋の煮ころがし 味噌汁 コーヒーゼリー エネルギー - 582 kcal 蛋白質 24.5 g</p>	<p>ご飯 おでん 白菜の柚子和え 味噌汁 エネルギー - 614 kcal 蛋白質 41.3 g</p>	<p>ごはん 若鶏唐揚げ 切り干し大根の煮物 ぶた汁 エネルギー - 709 kcal 蛋白質 37.0 g</p>	<p>ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き 根菜の煮物 味噌汁 抹茶のデザート エネルギー - 615 kcal 蛋白質 32.2 g</p>
24(月)	25(火)	26(水)	27(木)	28(金)
<p>振替休日</p> <p>ごはん たらの竜田揚げ 豆腐のぽかぽかあんかけ 味噌汁 のりの佃煮/プリン エネルギー - 616 kcal 蛋白質 32.8 g</p>	<p>赤飯(小) しつぽくうどん なます ヨーグルト エネルギー - 511 kcal 蛋白質 24.0 g</p>	<p>ごはん 八宝菜 焼きぎょうざ わかめスープ みかん エネルギー - 556 kcal 蛋白質 25.1 g</p>	<p>ごはん マカロニグラタン ごぼうサラダ ミネストローネ エネルギー - 711 kcal 蛋白質 25.3 g</p>	

(重心デイ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。)