

# フレンドエイア

## No. 136

【発行】

社会福祉法人なかま福祉会

みつぎ

〒536-0013

大阪市城東区嶋野東 1-6-25

TEL 06-6968-9503

FAX 06-6967-9513

発行責任者 平尾 幸子

編集責任者 松浦 衣里

○ ● 日帰り遠足(ひらパー) ● ○

11月14日(日)に、年に1度の日帰り遠足で枚方パークに行ってきました。

天気予報が、雨だった為心配もしていましたが、曇りに変わり楽しめました。

各班回る場所が違い、「絶叫系いっぱい乗った」と言っている方や、「怖いからいいわ」と言っている方や、それぞれが楽しんでいて、笑顔がたくさん見ることが出来ました。次回は、今回参加できなかった方も行きたいです。

支援員 平尾 歩



|    |      |      |    |    |    |    |               |    |    |    |    |    |    |    |                |
|----|------|------|----|----|----|----|---------------|----|----|----|----|----|----|----|----------------|
| 16 | 15   | 14   | 13 | 12 | 11 | 10 | 9             | 8  | 7  | 6  | 5  | 4  | 3  | 2  | 1              |
|    |      |      | 公休 | 公休 |    |    | 職員会議<br>ケース会議 |    |    | 公休 | 公休 |    |    |    |                |
|    | 31   | 30   | 29 | 28 | 27 | 26 | 25            | 24 | 23 | 22 | 21 | 20 | 19 | 18 | 17             |
|    | 冬季休暇 | 冬季休暇 |    |    | 公休 | 公休 |               |    | 公休 |    |    | 公休 | 公休 |    | おつかれさん会<br>家族会 |

12月予定表

○ ● 自己紹介 ● ○

11月9日(月)からこちらの職場で働くことになり、1週間が過ぎました。やらなければならぬ事がたくさんあり大変ですが、1日でも早く1人1人お顔と名前を覚えてみんなの元気に負けないよう、一生懸命頑張っていきたいと思っておりますのでよろしくお願い致します。

支援員 秋澤 誠

初めまして、私は沼田正人と申します。

支援員 沼田 正人

早いもので1ヶ月が過ぎようとしてますが、一日でも早く皆様に覚えてもらえるように頑張りたいと思いますのでよろしくお願い致します。

○ ● リサイクル機械不具合 ● ○

はじめまして。10月19日(月)からみつきで働いてます富永克介と言います。

働き始めて早1ヶ月となりますが、みんなのおかげでのびのび仕事をさせていただいています。

支援員の仕事は初めてで、最初は不安もありましたが、みんなとの関わりの中で頑張る事が出来ています。

支援員 富永克介

少しでも利用者さんの役に立てるよう頑張りたいと思いますので、応援のほどよろしくお願い致します。

○ ● 12月木曜の献立 ● ○

12月3日

皿うどん・お吸物

12月10日

中華丼・お味噌汁

12月17日

おつかれさん会

12月24日

おでん

○ ● 平均工賃9月分 ● ○

就労支援B型

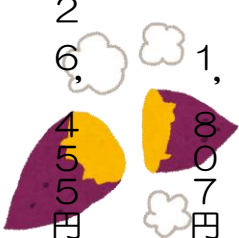
2,822円

生活介護

1,807円

物流センター

2,455円



支援員 大久保 清司

内袋を圧縮する機械から煙が出てしまい、慌てて消化器で消火しました。原因は内袋を圧縮する時、真空状態にする為の、パイプが破損し、その為ゴミが積もりモーターが熱を持ち、その熱でゴミに火がつき煙が出た様である。メーカーの人にきてもらい、真空にするためのモーターが焼けているため、モーターを交換しなければならなくなりました。修理が終わるまでの間は、パッカー車がきて内袋を処理する事になりました。

毎日使う機械ですから、定期的にメンテナンスをしなければいけないと思う出来事でした。

○● 家族会 ●○

11月13日(金)みつきにて、定例の家族会が行われました。毎年恒例のおつかれさん会の日程が、12月17日(木)に決まりました。

今年も皆さまに楽しんで頂けるよう、準備を進めていきます。ご家族の方にも当日のご協力をお願いします。

なお、12月の家族会は、おつかれさん会(17日)の午後1時から行います。日程のお間違いの無いようよろしくお願いします。

支援員 大西 智子

○● 鍋の季節 ●○

鍋のおいしい季節になりましたね。鍋の具材といえば、椎茸!! 欠かせないですよ。今回はみつきでも栽培している椎茸の効能について書きたいと思います。

椎茸は生でも干したもので、どちらでも利用範囲が広く、栄養価に優れた食材です。特に干椎茸は、天日に干すことによつて、ビタミンDの含有率が、生のときの10倍にも増えるそうです。また、乾燥過程で、香りや旨みの成分(グアニル酸)が作られるため、生にはない味わいが醸し出されるという良いこと尽くめ!! 近年では天日ではなく電気乾燥のためビタミンDが作

られていません。しかし、みつきの干椎茸は、天日干しをしているので、しっかりとビタミンDも作られていますよ!! ビタミンDは、歯や骨を丈夫にするだけでなく、神経の発育にも欠かせない物質です。ビタミンDが不足すると、神経がイライラしたり、やる気がなくなったりしがちです。その点、椎茸を常食していれば、神経を鎮静させることができ、精神が安定するのです。つまり、仕事の集中力もアップするということです!! みなさん、たくさん椎茸を食べてがんばりましょう!!

支援員 平郡 美香



○● 実習田 ●○

11月8日(日)実習田(収穫祭)滋賀県安土町まで、職員7名、利用者7名で参加しました。収穫祭では、事業所で栽培した椎茸を持参し、現地で焼いた物と、地元農家の方が持参された料理を、頂きました。その他、模擬店がありました。その他、模擬店がありました。地元のごんじやく、豆腐、野菜等が販売されていて、当事業所の生椎茸も販売させて頂きました。大変好評でした。

支援員 原 善満

施設建設にご協力ください

日頃は知的障害者の福祉向上にお力添えを賜り誠にありがとうございます。

「施設利用を行いながら職業訓練のできる施設」設立を目指しています。その為、建設用地は私たちが独力で確保しなければなりません。微力な私たちにとって、その資金確保は大事業ですが、多くの方々にご援助を頂き、進展させたいと願っています。

つきましては誠に厚かましいお願いでございますが、私たちの主旨をご理解いただきまして、建設資金募金にお力添えを賜りますようお願い申し上げます。

(募金振込先)

銀行三井住友銀行

(支店) 城東支店

(口座番号) (普) 1370232

(名義) 社会福祉法人ななかま福祉会

理事長 高木 晟



フライドチキン

《材料》4人分

・鶏ムネ・・・500g

・たまご・・・2個

・サラダ油・・・適量

《A》

・牛乳・・・大さじ2

・レモン汁・・・小さじ2

・塩・・・小さじ2

・すりおろしにんにく・・・1片分

《B》

・小麦粉・・・100g

・米粉・・・40g

・カレー粉・・・小さじ2

・シナモン・・・小さじ1/2

・チリパウダ・・・小さじ1

・塩・・・小さじ1/2



【作り方】

① 鶏ムネ肉は半分にカットしてビニール袋に入れる。たまごを卵白と卵黄に分け、卵白はビニール袋に入れる。

② ビニール袋に材料Aを加えて袋の上からよく揉んで置いておく。

③ バットに材料Bを入れ、泡だて器やフォークでよくかき混ぜる。

④ ビニール袋に卵黄を加えて絡め、バットに取り出して、粉をたっぷりつける。

⑤ 鍋にサラダ油を入れて160℃に熱し、鶏ムネ肉を揚げる。160℃で約7分、後半は火を強めて温度を上げて、180℃で約2分揚げると。

⑥ 泡が小さくなって音が変わり表面がサクツとなるまで揚げたら、よく油を切って網の上に取り出す。

支援員 大西 智子

☆アルミ缶提供

小玉様・山神様・高木様・佐藤様・村上様・近藤さつき様・上村様

高山様

☆ダンボール提供

具志様、山崎様

☆新聞紙提供

山崎様

☆キャップ提供

近藤様・池辺様

ありがとうございました。



【インフォメーション】

ご意見・提案・協力につきましては、事業所【ななかま福祉会06-6968-9503】までお気軽にご連絡下さい。

自立支援事業所

サービス管理責任者(兼務)

管理者 平尾 幸子

就労継続支援B型

主任 原 善満

生活介護・苦情処理

主任 綿世 美保

共同生活援助事業所

サービス管理責任者

大西 智子

