

静岡市中心身障害者ケアセンター

R1-9月号

〒420-0846 静岡市葵区城東町24-1
TEL <054>-249-3187
FAX <054>-209-0230

9月の献立表

月	火	水	木	金
2	3	4	5	6
こぎつね寿司 プチ竹前煮 小松菜と卵の清し汁 ピオーネ	豚キムチ丼 山芋の梅和え たまねぎと揚げの味噌汁 梨	スパゲティナポリタン 生野菜のサラダ コーンクリームスープ サイダーゼリー	御飯 さばの味噌煮 変わりやっこ とろろ昆布の清し汁	バターロール テーブルロール ハンバーグ 人参のグラッセ 牛乳
エネルギー 752kcal 蛋白質 37.5g 脂質 23g カルシウム 480mg	エネルギー 556kcal 蛋白質 25.7g 脂質 15.7g カルシウム 168mg	エネルギー 678kcal 蛋白質 18g 脂質 19g カルシウム 146mg	エネルギー 636kcal 蛋白質 34.2g 脂質 22g カルシウム 252mg	エネルギー 796kcal 蛋白質 33.6g 脂質 35g カルシウム 288mg
9	10	11	12	13
ミニ食パン ミックスジャム 茄子とベーコンの重ね焼き レタスときゅうりのサラダ 牛乳	御飯 鮭の南蛮漬け フロッキーと茹で卵のサラダ ほうれん草と人参の清し汁	夏キーマカレー マカロニサラダ レタスのコンソメスープ	冷やし中華 厚揚げの甘辛煮 すいか	静岡風親子丼 マロニーの中華風サラダ さつまいもと小松菜の味噌汁 梨
エネルギー 575kcal 蛋白質 19.3g 脂質 33.2g カルシウム 372mg	エネルギー 714kcal 蛋白質 28.5g 脂質 30.2g カルシウム 189mg	エネルギー 849kcal 蛋白質 28.3g 脂質 34.4g カルシウム 207mg	エネルギー 843kcal 蛋白質 32.2g 脂質 28.6g カルシウム 256mg	エネルギー 620kcal 蛋白質 25g 脂質 17.5g カルシウム 168mg
16	17	18	19	20
敬老の日	うどん温玉しらすおろし 人参の胡麻和え バナナ	御飯 ぎょうざ 中華スープ 若布蟹かま葱 杏仁豆腐	コッペパン パイなしキッシュ 豆腐 キャベツと人参胡瓜ハムのサラダ しいたけミックスベジタブルのスープ	御飯 カレイの煮付け えのきの梅カツオ和え 卵豆腐の清し汁
エネルギー 670kcal 蛋白質 28.5g 脂質 16.7g カルシウム 353mg	エネルギー 714kcal 蛋白質 24.2g 脂質 17.8g カルシウム 201mg	エネルギー 696kcal 蛋白質 26g 脂質 41.5g カルシウム 340mg	エネルギー 452kcal 蛋白質 25g 脂質 3g カルシウム 150mg	
23	24	25	26	27
秋分の日	レーズン入り食パン ポテトコロッケ ほうれん草のソテー 牛乳	ビーフン炒め きゅうりの塩昆布和え ワンタンスープ バナナ	御飯 肉じゃが芋 人参とシメジの炒め物 なめこの味噌汁	おかめそば 高野豆腐の煮物 ピオーネ オレンジ
エネルギー 766kcal 蛋白質 25.9g 脂質 31g カルシウム 277mg	エネルギー 644kcal 蛋白質 25.5g 脂質 14.4g カルシウム 119mg	エネルギー 647kcal 蛋白質 11.3g 脂質 25.9g カルシウム 147mg	エネルギー 598kcal 蛋白質 30.8g 脂質 10g カルシウム 149mg	
30				
焼きそば フルーツヨーグルトサラダ 小松菜とまいたけの味噌汁 ヤクルト				
エネルギー 593kcal 蛋白質 14g 脂質 25.5g カルシウム 168mg				



今年度もお菓子の売店を開催しました。10円、20円、30円のコーナー三つに分かれ、きなこ棒や、うまい棒などの昔懐かしいお菓子がたくさん並びました。皆さん自分の好みのお菓子を楽しそうに選んでいらっしゃいました。

9月の活動予定

機・・・機能訓練
生・・・生活訓練

静岡市心身障害者ケアセンター

月	火	水	木	金
2日	3日	4日	5日	6日
(機) ストラックアウト (生) ダーツ				
(合同) 自主トレ・パソコン・SST・書字・計算				
9日	10日	11日	12日	13日
(機) 交流祭り準備 (生) 買い物				
スポーツ測定				
16日	17日	18日	19日	20日
敬老の日	(機) 自主トレ・パソコン・SST・書字・計算・制作 (生) 作品作り			
	(機) 交流祭り準備 (生) 生活訓練			
23日	24日	25日	26日	27日
秋分の日	(機) カレンダー (生) 卓球			
	(機) ポッチャ (生) カレンダー			
30日				
(機) カレンダー (生) 卓球				
(機) ポッチャ (生) カレンダー				

*その他に毎日PT (理学療法) ・入浴サービスが、金曜日にはOT (作業療法) があります。

*日中活動の他、余暇活動としてカラオケ、ビーズ、散歩、買い物、卓上ゲーム等を行います。

家族会と外出のお知らせ

9月の19日(木)10時30分より城東保健福祉エリア 複合棟3階 研修室3にて家族会を行います。ケアセンターの利用、今後の方針などについて説明させていただきます。当日は、直接会場にお越しいただきますよう、よろしくお願い致します。

また、今年も10月に外出を実施します。実施日につきましては「日中一時支援」の利用者様は10月7日～10月11日、自立訓練の利用者様は10月21日、23日～10月25日、29日と分かれて実施していきます。外出場所は日中一時支援の利用者様は清水にあるベイドリーム、自立訓練の方は後日話し合いにて行き先を決定致します。尚、外出に参加せずケアセンターに残って、入浴や訓練の提供を行うこともできますので外出の希望がない方は職員までお伝えください。ご自身の利用形態が分からない方も同様、職員までお願い致します。



お知らせ

※毎年、開所月である6月に利用者様、家族様への事業所説明会を行っておりましたが、日中一時支援、自立訓練のサービス内容(活動内容)を検討中の為、9月に変更させていただきます。

※ご利用料金の引き落とし手続きをされた方は、9月分の利用料金の引落とし10月28日となりますので、宜しくお願い致します。

※日中一時支援事業をご利用の皆様へのお知らせです。お便りでもお願い致しましたが、ご利用時毎に「日中一時支援事業記入欄」をご持参下さい。

※自立訓練をご利用の皆様へお願いです。更新手続きのお知らせが障害者支援課から郵送されてきましたら、ケアセンターにお知らせ下さい。

※ケアセンター新聞の画像掲載についてです。画像掲載は画像サイズを縮小し個人のアップをさげ極力個人の特定が出来にくいよう配慮させていただいておりますが、画像掲載がご不都合の方は、山口・二科までお知らせください。

重要!

～重要事項～

重要!

※誕生日の翌月から、支給決定された障害福祉サービス受給者証、あるいは日中一時支援利用費助成決定通知書が郵送されてきましたら、ケアセンターにお持ちください。