

静岡市中心身障害者ケアセンター

R2-6月号

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

活動予定表

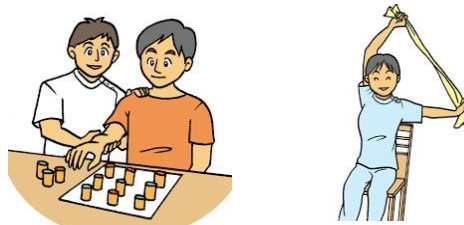
1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)
A:人間すごろく B:貼り絵				
A:卓球 B:ゴルフ				
8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)
A:紙相撲 B:園芸				
A:魚釣り B:体操				
15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)
A:プラバン B:塗り絵				
スポーツ測定				
22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)
A:カレンダー B:ポッチャ				
A:カレンダー B:体操				
29日(月)	30日(火)	 		
A:ボウリング B:フォーティーワン				
A:スティックサッカー B:WII				

※活動予定は変更になる事もありますのでご了承下さい。

※入浴サービスは日中活動時間内に行います。

※自立訓練の方は、日中活動の時間内で、PT・OT・自主トレ・機能訓練・生活訓練等の個別訓練を行います。







































































※昼休みに外出を希望の方は到着時に職員にお伝えください。





6月の献立表



月	火	水	木	金																																																														
1	2	3	4	5																																																														
稲荷寿司 千草焼き 豚汁 メロン 	牛丼 ニース風サラダ えのきと人参の澄し汁 さくらんぼ 	御飯 いら豆腐 アスパラとベーコンの炒め物 とろろ昆布の清し汁 フルーツポンチ 	食パン 鮭とポテトのチーズグラタン 生野菜のサラダ オニオンスープ 	鶏味噌レタスうどん トマトとチーズのサラダ オレンジ 飲む野菜と果実 	エネルギー 861kcal 蛋白質 27g 脂質 39.9g カルシウム 395mg	エネルギー 685kcal 蛋白質 25.8g 脂質 24.8g カルシウム 171mg	エネルギー 774kcal 蛋白質 24.7g 脂質 21.5g カルシウム 240mg	エネルギー 833kcal 蛋白質 34.8g 脂質 52.2g カルシウム 288mg	エネルギー 743kcal 蛋白質 27.2g 脂質 22.2g カルシウム 185mg	8	9	10	11	12	ドライカレー レタスとパプリカのサラダ ベーコンとしめじのミルクスープ 	スパミートソース ポテトサラダ 細切り野菜のコンソメスープ 	玄米食パン ミックスジャム 鶏のから揚げ ほうれんそうのソテー しいたけ人参パセリのスープ バナナのヨーグルトかけ 	御飯 八宝菜 かぼちゃのいとこ煮 中華スープ 	御飯 カレイの煮付け わかめの酢の物 じゃがいもと玉葱の味噌汁 	エネルギー 675kcal 蛋白質 27.5g 脂質 28.1g カルシウム 232mg	エネルギー 774kcal 蛋白質 27.9g 脂質 30.5g カルシウム 134mg	エネルギー 752kcal 蛋白質 35.7g 脂質 27.1g カルシウム 185mg	エネルギー 656kcal 蛋白質 30g 脂質 17.2g カルシウム 208mg	エネルギー 480kcal 蛋白質 23.5g 脂質 2.2g カルシウム 168mg	15	16	17	18	19	レーズン入り食パン パイなしキッシュ ピーマンのソテー ほうれん草と人参のスープ 	御飯 竹前煮 フロッキーのごまあえ 豆腐とわかめの味噌汁 ストロベリーババロア 	御飯 さばの味噌煮 春雨サラダ かきたま汁 	冷やし中華 しゅうまい ヨーグルト 	静岡風親子丼 蟹カマとキャベツのサラダ おくらとえのきの清し汁 ブドウゼリー 	エネルギー 738kcal 蛋白質 28.4g 脂質 38.5g カルシウム 330mg	エネルギー 640kcal 蛋白質 21.9g 脂質 16.5g カルシウム 401mg	エネルギー 640kcal 蛋白質 28.1g 脂質 20.6g カルシウム 127mg	エネルギー 933kcal 蛋白質 37.8g 脂質 32.3g カルシウム 205mg	エネルギー 624kcal 蛋白質 24.8g 脂質 20.3g カルシウム 174mg	22	23	24	25	26	天津丼 切干大根のサラダ 青梗菜とコーンの中華スープ 	御飯 ポテトコロッケ きんぴらごぼう 法蓮草と卵コンソメスープ 	焼きそば 青梗菜とコーンのスープ 杏仁豆腐 	混ぜご飯 鶏レバーの佃煮風 ほうれん草と人参の白和え 卵豆腐の澄まし汁 パナナ 	コッペパン ミックスジャム ハンバーグ フルーツヨーグルトサラダ 小松菜とにんじんのスープ 	エネルギー 542kcal 蛋白質 26.4g 脂質 15.5g カルシウム 246mg	エネルギー 663kcal 蛋白質 18.5g 脂質 23.3g カルシウム 189mg	エネルギー 636kcal 蛋白質 13.6g 脂質 27.6g カルシウム 146mg	エネルギー 673kcal 蛋白質 30.3g 脂質 14.7g カルシウム 297mg	エネルギー 630kcal 蛋白質 23.9g 脂質 21.6g カルシウム 163mg	29	30	 			おかめそば 豆腐の揚げ煮 オレンジムース 	テーブルロール バターロール ミックスジャム タンドリーかじき クリームマッシュポテト 	エネルギー 743kcal 蛋白質 34.5g 脂質 17.4g カルシウム 179mg	エネルギー 706kcal 蛋白質 29g 脂質 31.6g カルシウム 177mg			
エネルギー 861kcal 蛋白質 27g 脂質 39.9g カルシウム 395mg	エネルギー 685kcal 蛋白質 25.8g 脂質 24.8g カルシウム 171mg	エネルギー 774kcal 蛋白質 24.7g 脂質 21.5g カルシウム 240mg	エネルギー 833kcal 蛋白質 34.8g 脂質 52.2g カルシウム 288mg	エネルギー 743kcal 蛋白質 27.2g 脂質 22.2g カルシウム 185mg																																																														
8	9	10	11	12																																																														
ドライカレー レタスとパプリカのサラダ ベーコンとしめじのミルクスープ 	スパミートソース ポテトサラダ 細切り野菜のコンソメスープ 	玄米食パン ミックスジャム 鶏のから揚げ ほうれんそうのソテー しいたけ人参パセリのスープ バナナのヨーグルトかけ 	御飯 八宝菜 かぼちゃのいとこ煮 中華スープ 	御飯 カレイの煮付け わかめの酢の物 じゃがいもと玉葱の味噌汁 	エネルギー 675kcal 蛋白質 27.5g 脂質 28.1g カルシウム 232mg	エネルギー 774kcal 蛋白質 27.9g 脂質 30.5g カルシウム 134mg	エネルギー 752kcal 蛋白質 35.7g 脂質 27.1g カルシウム 185mg	エネルギー 656kcal 蛋白質 30g 脂質 17.2g カルシウム 208mg	エネルギー 480kcal 蛋白質 23.5g 脂質 2.2g カルシウム 168mg	15	16	17	18	19	レーズン入り食パン パイなしキッシュ ピーマンのソテー ほうれん草と人参のスープ 	御飯 竹前煮 フロッキーのごまあえ 豆腐とわかめの味噌汁 ストロベリーババロア 	御飯 さばの味噌煮 春雨サラダ かきたま汁 	冷やし中華 しゅうまい ヨーグルト 	静岡風親子丼 蟹カマとキャベツのサラダ おくらとえのきの清し汁 ブドウゼリー 	エネルギー 738kcal 蛋白質 28.4g 脂質 38.5g カルシウム 330mg	エネルギー 640kcal 蛋白質 21.9g 脂質 16.5g カルシウム 401mg	エネルギー 640kcal 蛋白質 28.1g 脂質 20.6g カルシウム 127mg	エネルギー 933kcal 蛋白質 37.8g 脂質 32.3g カルシウム 205mg	エネルギー 624kcal 蛋白質 24.8g 脂質 20.3g カルシウム 174mg	22	23	24	25	26	天津丼 切干大根のサラダ 青梗菜とコーンの中華スープ 	御飯 ポテトコロッケ きんぴらごぼう 法蓮草と卵コンソメスープ 	焼きそば 青梗菜とコーンのスープ 杏仁豆腐 	混ぜご飯 鶏レバーの佃煮風 ほうれん草と人参の白和え 卵豆腐の澄まし汁 パナナ 	コッペパン ミックスジャム ハンバーグ フルーツヨーグルトサラダ 小松菜とにんじんのスープ 	エネルギー 542kcal 蛋白質 26.4g 脂質 15.5g カルシウム 246mg	エネルギー 663kcal 蛋白質 18.5g 脂質 23.3g カルシウム 189mg	エネルギー 636kcal 蛋白質 13.6g 脂質 27.6g カルシウム 146mg	エネルギー 673kcal 蛋白質 30.3g 脂質 14.7g カルシウム 297mg	エネルギー 630kcal 蛋白質 23.9g 脂質 21.6g カルシウム 163mg	29	30	 			おかめそば 豆腐の揚げ煮 オレンジムース 	テーブルロール バターロール ミックスジャム タンドリーかじき クリームマッシュポテト 	エネルギー 743kcal 蛋白質 34.5g 脂質 17.4g カルシウム 179mg	エネルギー 706kcal 蛋白質 29g 脂質 31.6g カルシウム 177mg																		
エネルギー 675kcal 蛋白質 27.5g 脂質 28.1g カルシウム 232mg	エネルギー 774kcal 蛋白質 27.9g 脂質 30.5g カルシウム 134mg	エネルギー 752kcal 蛋白質 35.7g 脂質 27.1g カルシウム 185mg	エネルギー 656kcal 蛋白質 30g 脂質 17.2g カルシウム 208mg	エネルギー 480kcal 蛋白質 23.5g 脂質 2.2g カルシウム 168mg																																																														
15	16	17	18	19																																																														
レーズン入り食パン パイなしキッシュ ピーマンのソテー ほうれん草と人参のスープ 	御飯 竹前煮 フロッキーのごまあえ 豆腐とわかめの味噌汁 ストロベリーババロア 	御飯 さばの味噌煮 春雨サラダ かきたま汁 	冷やし中華 しゅうまい ヨーグルト 	静岡風親子丼 蟹カマとキャベツのサラダ おくらとえのきの清し汁 ブドウゼリー 	エネルギー 738kcal 蛋白質 28.4g 脂質 38.5g カルシウム 330mg	エネルギー 640kcal 蛋白質 21.9g 脂質 16.5g カルシウム 401mg	エネルギー 640kcal 蛋白質 28.1g 脂質 20.6g カルシウム 127mg	エネルギー 933kcal 蛋白質 37.8g 脂質 32.3g カルシウム 205mg	エネルギー 624kcal 蛋白質 24.8g 脂質 20.3g カルシウム 174mg	22	23	24	25	26	天津丼 切干大根のサラダ 青梗菜とコーンの中華スープ 	御飯 ポテトコロッケ きんぴらごぼう 法蓮草と卵コンソメスープ 	焼きそば 青梗菜とコーンのスープ 杏仁豆腐 	混ぜご飯 鶏レバーの佃煮風 ほうれん草と人参の白和え 卵豆腐の澄まし汁 パナナ 	コッペパン ミックスジャム ハンバーグ フルーツヨーグルトサラダ 小松菜とにんじんのスープ 	エネルギー 542kcal 蛋白質 26.4g 脂質 15.5g カルシウム 246mg	エネルギー 663kcal 蛋白質 18.5g 脂質 23.3g カルシウム 189mg	エネルギー 636kcal 蛋白質 13.6g 脂質 27.6g カルシウム 146mg	エネルギー 673kcal 蛋白質 30.3g 脂質 14.7g カルシウム 297mg	エネルギー 630kcal 蛋白質 23.9g 脂質 21.6g カルシウム 163mg	29	30	 			おかめそば 豆腐の揚げ煮 オレンジムース 	テーブルロール バターロール ミックスジャム タンドリーかじき クリームマッシュポテト 	エネルギー 743kcal 蛋白質 34.5g 脂質 17.4g カルシウム 179mg	エネルギー 706kcal 蛋白質 29g 脂質 31.6g カルシウム 177mg																																	
エネルギー 738kcal 蛋白質 28.4g 脂質 38.5g カルシウム 330mg	エネルギー 640kcal 蛋白質 21.9g 脂質 16.5g カルシウム 401mg	エネルギー 640kcal 蛋白質 28.1g 脂質 20.6g カルシウム 127mg	エネルギー 933kcal 蛋白質 37.8g 脂質 32.3g カルシウム 205mg	エネルギー 624kcal 蛋白質 24.8g 脂質 20.3g カルシウム 174mg																																																														
22	23	24	25	26																																																														
天津丼 切干大根のサラダ 青梗菜とコーンの中華スープ 	御飯 ポテトコロッケ きんぴらごぼう 法蓮草と卵コンソメスープ 	焼きそば 青梗菜とコーンのスープ 杏仁豆腐 	混ぜご飯 鶏レバーの佃煮風 ほうれん草と人参の白和え 卵豆腐の澄まし汁 パナナ 	コッペパン ミックスジャム ハンバーグ フルーツヨーグルトサラダ 小松菜とにんじんのスープ 	エネルギー 542kcal 蛋白質 26.4g 脂質 15.5g カルシウム 246mg	エネルギー 663kcal 蛋白質 18.5g 脂質 23.3g カルシウム 189mg	エネルギー 636kcal 蛋白質 13.6g 脂質 27.6g カルシウム 146mg	エネルギー 673kcal 蛋白質 30.3g 脂質 14.7g カルシウム 297mg	エネルギー 630kcal 蛋白質 23.9g 脂質 21.6g カルシウム 163mg	29	30	 			おかめそば 豆腐の揚げ煮 オレンジムース 	テーブルロール バターロール ミックスジャム タンドリーかじき クリームマッシュポテト 	エネルギー 743kcal 蛋白質 34.5g 脂質 17.4g カルシウム 179mg	エネルギー 706kcal 蛋白質 29g 脂質 31.6g カルシウム 177mg																																																
エネルギー 542kcal 蛋白質 26.4g 脂質 15.5g カルシウム 246mg	エネルギー 663kcal 蛋白質 18.5g 脂質 23.3g カルシウム 189mg	エネルギー 636kcal 蛋白質 13.6g 脂質 27.6g カルシウム 146mg	エネルギー 673kcal 蛋白質 30.3g 脂質 14.7g カルシウム 297mg	エネルギー 630kcal 蛋白質 23.9g 脂質 21.6g カルシウム 163mg																																																														
29	30	 																																																																
おかめそば 豆腐の揚げ煮 オレンジムース 	テーブルロール バターロール ミックスジャム タンドリーかじき クリームマッシュポテト 																																																																	
エネルギー 743kcal 蛋白質 34.5g 脂質 17.4g カルシウム 179mg	エネルギー 706kcal 蛋白質 29g 脂質 31.6g カルシウム 177mg																																																																	

連絡事項

※ご利用料金の引き落とし手続きをされた方は、6月分の利用料金の引落としが7月27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。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。

～今般の感染予防について～

※世界規模での厳しい状況の下、一日も早い終息を祈り、当事業所として出来る限りの予防に努めてまいります。ご利用者様・ご家族様も予防策をもってどうぞ安全にお元気にお過ごしください。