

# BB TOPICS

トピックス

世田谷区立烏山福祉作業所  
令和7年12月26日発行

さぎょうしょ かっどう ようす よてい し  
作業所の活動の様子や予定、お知らせなどについて、  
BB TOPICS(ビービー トピックス)としてお知らせいたします。

## だいけんとう つど 大健闘！ スポーツの集い 2025.12.11(木)



どうじつ からすやまふくしきぎょうしょ いっちだんけつ  
当日は、烏山福祉作業所として一致団結するため、オレンジカ  
ラーのウインドブレーカーで会場に向かいました。このオレンジカ  
ラーは会場でも他の団体と色が被ることがなく、会場でも目を  
ひく存在感でした。

かいかいしき あと ぼん たまい ぜんいんさんか しゅもく  
開会式の後には、「盆パラピクス」と「玉入れ」の全員参加の種目の  
あと こじんしゅもく つなひ おく そう  
後は、個人種目の「綱引き」「ボール送りルレー」「30メートル走」に  
それぞれ出場しました。

おうえん じさん ほか しゅつじょう とき おうえん  
応援グッズも持参して、他のメンバーが出演している時も応援  
も あ からすやまふくしきぎょうしょ あかくみ いちいん しゅつじょう  
で盛り上げました。烏山福祉作業所は「紅組」の一員として出場  
けっかほっぴょう ゆうしょう  
しました。結果発表はありませんでしたが、どちらも「優勝！」で、  
つど へいまく  
スポーツの集いは閉幕しました。

## かい ようす いちぶ しょうかい クリスマス会 ★様子を一部ご紹介します★



## がつ おも よてい 1月の主な予定

●16日  
成人を祝う会・新年会

## BB cafe ☕ 1月 営業スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5 9:00-16:00	6 9:00-16:00	7 9:00-16:00	8 9:00-16:00	9 9:00-16:00	10
11	12 休み	13 9:00-16:00	14 9:00-16:00	15 9:00-16:00	16 休み (新年会のため)	17
18	19 9:00-16:00	20 9:00-16:00	21 9:00-16:00	22 9:00-16:00	23 9:00-16:00	24
25	26 9:00-16:00	27 9:00-16:00	28 9:00-16:00	29 9:00-16:00	30 9:00-16:00	31





# 保健だより

## Vol.33

世田谷区立烏山福祉作業所  
令和7年12月26日発行

2025年も残りわずかとなりました。感染症対策を忘れず、年末年始を健康に過ごしましょう。

### ～感染性胃腸炎に注意～

1月の内科検診 9日男性 19日 女性・生活介護

冬になって空気が乾燥するとウイルスや細菌が空気中に飛びやすく、感染症が流行しやすくなります。冬に流行しやすい感染症の一つに感染性胃腸炎があります。感染性胃腸炎を引き起こすノロウイルスなどはアルコール消毒で死滅させることができません。そのため、石鹸による手洗いが効果的な予防法となります。

【お願い】食欲不振、嘔吐、吐き気、腹痛、下痢などの症状がある場合は感染性胃腸炎を疑い、医療機関の受診やご自宅で様子を見るなどの対応をお願いします。

感染症予防の3原則・・・皆で予防をして流行を防ぎましょう！

①感染経路の遮断

②抵抗力を高める

③感染源の除去



- ・手洗い・マスク
- ・咳エチケット

- ・適度な運動・十分な睡眠
- ・バランスのとれた食事

体調面に不安がある場合（感染症への罹患の疑いがある場合を含む）自宅での休養、かかりつけ医への受診・相談をする。



# 給食だより

世田谷区立烏山福祉作業所  
令和7年12月26日発行

2025年も残すところあと少しとなりました。冬は気温差が大きく、空気が乾燥しやすいため、風邪やインフルエンザをはじめとした感染症が一気に広がりやすい季節です。そんな季節と身体の弱点にぴったり寄り添う、冬やお正月に食べたくなる“ある果物”をご紹介します。

## 冬にうれしいみかんの効果をご紹介します！

みかんの旬は11月から1月ごろ。特に「温州みかん」が最もおいしくなります。みかんには、腸を整える食物繊維や、免疫を支えるビタミンを含む多くの栄養がぎゅっと詰まっており、冬の乾燥や免疫低下に負けないための自然のサポート食材ともいえる存在です。

しかし、健康に良いとはいえ、食べ過ぎると糖分の摂りすぎになることも。

1日に2～3個を目安にするとちょうどよいバランスです。

