

# BB TOPICS

トピックス

世田谷区立烏山福祉作業所

令和6年1月26日発行

さぎょうしょ かつどう 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。



## おに 烏山福祉作業所 2階に鬼あらかわる!!

せつぶん ひか がつげじゅん からすやまふくしきぎょうしょ かい ほん  
節分を控えた1月下旬…烏山福祉作業所2階には、5班のアートの  
じかん そうさく おに どうじょう  
時間に創作した鬼が登場しました。

ひょうじょう おに やさ つた  
「やさしい表情」の鬼たちからは、メンバーの優しさが伝わって  
くるようです。

さぎょうしょ えがお ふく おとす  
作業所に笑顔と福がたくさん訪れますように。



## BBCAFE のあつたかめ 冬ぜんざい



真冬限定メニューの“ぜんざい”です

300円

ドリンクセットで500円

あま にんき  
ほどよい甘さが人気です!

しおこんぶ  
塩昆布のおまけつき。

てんない あたた ま  
店内を暖かくしてお待ち  
しています。

## 2 がつ おも よてい 月の主な予定

はんばい  
【販売】  
せたがやぶんかさい  
3日:いきいき世田谷文化祭

うめ  
18日:梅まつり  
ばしょ はねぎこうえん  
場所 羽根木公園

しょないよてい  
【所内予定】

6日~16日:クッキング

むさしがおかしやうがっこうおんがくこうりゅうかい  
7日:武蔵丘小学校音楽交流会

## BB cafe ☕ 2月 営業スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
				1 9:00-16:00	2 9:00-16:00	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 9:00-16:00	17
18	19 9:00-16:00	20 9:00-16:00	21 9:00-16:00	22 9:00-16:00	23 休み	24
25	26 9:00-16:00	27 9:00-16:00	28 9:00-16:00	29 9:00-16:00		





# 保健だより Vol.10

世田谷区立烏山福祉作業所  
令和6年1月26日発行

2024年になり1ヶ月が経とうとしています。今年も皆さんが健康で充実した毎日になるよう、応援しています。今年もよろしくお願いいたします。

## ～寒い時期こそ、工夫して身体の冷え改善～

冷えは万病のもと、身体の冷えを改善する方法をご紹介します。

### ① 身体の内側から温めるようにしましょう！

冷たい飲み物は身体を冷やして胃腸の負担になり消化が悪くなった  
り、下痢をしてしまうことがあります。冷たい飲み物よりも温かい飲み物を飲むようにしましょう。



### ② 三つの首を温めましょう！

【首・手首・足首】には太い血管が通っているので温めると効果的に全身が温まります。



### ③ 体を動かすことも効果があります！体を動かす前には準備体操を忘れずに。

～2月の内科検診～ 男性は2週目の金曜日、女性・生活介護は4週目の月曜日予定です。

体を動かすとポンプ作用で血液の流れが良くなったり、筋肉をつけることで身体の熱を作り出すことができます。



# 給食topics Vol.10

世田谷区立烏山福祉作業所  
令和6年1月26日発行

## ～2月の献立メニュー解説～

### サフランライス (2/14)

サフランという植物のめしべから作られたスパイス・白米・ブイオンキューブから作られる料理です。上品な香りと黄色に色付けされたお米が特徴です。



### チキンカチャトーラ (2/28)

カチャトーラとは、イタリア語で『猟師風の』という意味があり、チキンのトマト煮込みのことです。鶏肉を玉ねぎやマッシュルーム、トマトなどで煮込むイタリアの家庭料理です。



1/31(水)は「KARAFUKU BURGER」の日です！事前にハンバーガー、ドリンク、アイスの希望アンケートを取り、えびカツバーガーがてりやきバーガーに倍の差をつける人気でした。当日は希望したメニューが書かれた番号札を配布し、お店のようにモニターに番号が表示されたら受け取りに行くスタイルです

