

BB TOPICS

世田谷区立烏山福祉作業所
令和5年6月27日発行

トピックス

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。

6月20日～6月29日にかけて7回、グループごとにクッキングを行いました。主食は「和風きのこスパゲティ」と「鶏そぼろ丼」の2種類からどちらを作るかグループで選択しました。その他のメニューは「キャベツとソーセージのみそ汁」、「コーンとカニカマのサラダ」、「餃子の皮のエッグタルト」でした。利用者の皆さんがそれぞれ役割分担をして、協力しながら調理を楽しみました。食事がスタートすると「うまい！」と笑顔を見せてくれる方もいました。



7月のおもな予定

7日(金) 七夕会

14日(金) クラブ活動

28日(金) 施設公開



ヤマモモDAY

6月21日(水)二子玉川公園のスタッフや公園管理サポーター、キッズサポーターの皆さんと一緒に園内のヤマモモの収穫をしました。当日はヤマモモDAYとして、活動中の看板を掲示して、皆さんで収穫を行いました。サポーターの皆さんも収穫するのは初めてとのことで、しばし少年・少女のような時間を過ごしました。



世田谷区立烏山福祉作業所 施設公開

日時：7月28日(金)

時間：午前の部：〈10:00～11:30〉

午後の部：〈13:30～15:00〉

当日の催し

- ☆就労継続支援B型の作業見学・作業体験
- ☆生活介護の活動見学 ☆BBcafe
- ☆自主生産品の販売(お菓子や刺繍製品)



会場：世田谷区立烏山福祉作業所

東京都世田谷区北烏山1-29-15

TEL:03-3326-8001 / FAX:03-3326-8010

ホームページ: <http://karasuyama.jp>



施設公開のチラシをご用意しています。

お知り合いの方などにお渡しいただける方がおりましたら、必要枚数も合わせてお知らせください。よろしくお願ひいたします。

BB cafe 7月 営業スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3 9:00-16:00	4 9:00-16:00	5 9:00-16:00	6 9:00-16:00	7 9:00-15:00	8
9	10 9:00-16:00	11 9:00-16:00	12 9:00-16:00	13 9:00-16:00	14 9:00-12:00 (午前のみ営業)	15
16	17 9:00-16:00	18 9:00-16:00	19 9:00-16:00	20 9:00-16:00	21 9:00-16:00	22
23	24 9:00-16:00	25 9:00-16:00	26 9:00-16:00	27 9:00-16:00	28 9:00-16:00 【施設公開】	29
30						



保健だより Vol.3

世田谷区立烏山福祉作業所
令和5年6月27日発行

気温や湿度が上がり熱中症になりやすく、体調管理がよりいっそう大切な季節になりました。生活リズムを整えて、元気に過ごせるようにしていきましょう。

6月の保健行事

- 15日(木) 作業所歯科健診
- 29日(木) 新型コロナウイルス巡回接種(希望者)

※歯科健診で虫歯のあった方は、早めに受診しましょう。

7月の保健行事

- 7日(金) 男性内科検診
- 31日(月) 女性・生活介護内科検診



熱中症の予防について

熱中症を予防するために大切なのが、体を暑さに慣れさせること「暑熱順化」です。本格的に気温が上がる前に暑さに慣れておくことで、体を熱中症になりにくい状態にすることができます。暑熱順化には2週間程度かかるといわれています。今から暑さに備えて暑熱順化に取り組んでいただければと思います。暑熱順化するには・・・

●適度な運動

ほどよく汗をかくくらいの運動がよいです。

●入浴

シャワーだけでなく溜めたお湯に浸かるのもよいといわれています。



給食だより Vol.3

世田谷区立烏山福祉作業所
令和5年6月27日発行

暑い夏は、夏バテに注意しよう

夏バテとは、暑さによって体のだるさや食欲の低下などが起こることを言います。毎日を元気に過ごすために生活習慣に気をつけてください。

気をつけたい生活習慣

日頃から1日3食 バランスの取れた食事を摂ることが大切です。食欲がない時は、香辛料や酢の物など利用します。

また、十分な睡眠をとります。食事を抜いたり夜更かしをして生活リズムが乱れたりすると体調不良の原因になります。

7月28日は土用の丑の日です

昔からこの日に鰻を食べると、夏バテ防止になると言われています。給食では、“うなぎちらし”の献立で、うなぎが登場します。ご期待ください。

7月の旬の野菜

とうがん、おくら、なす、ズッキーニ、スイカ、キュウリ、トマト、かぼちゃ、など

