

BB TOPICS

トピックス

世田谷区立烏山福祉作業所

令和6年8月27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。



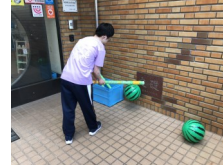
が っ ち ぎ ん
8月2日(金)
な っ
夏まつり



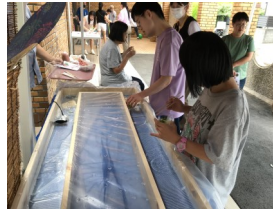
さぎょうしょない ぎょうじ なつ かいさい どうじつ
作業所内の行事として、「夏まつり」を開催しました。当日は、ボランティア
ちゅうがくせい こうこうせい いっぱん かた きょうりょく ほか かぞくかい やくいん みな
として中学生、高校生、一般の方のご協力の他、家族会の役員の方の皆さま
てつだ しょうじ たの じかん す
にもお手伝いをいただき、食事やゲームなどで楽しい時間を過ごすこと
ないよう すこ しょうかい
ができました。内容を少しだけですが…ご紹介します！



かぞくかい やくいん みな ごおり つく
家族会の役員の方の皆さまにかき氷を作
あじ
ていただきました！味はいちご、メロン、
しゅるい
ブルーハワイの3種類！
なが じゅんぴ おおだま
流しそうめんの準備や大玉スイカの
きふ
ご寄付もありがとうございました！



なかにわ げんかん しつない
中庭、玄関ホール、室内に、ゲームコーナーがありました。



りようしゃ みな みな わ せいだい
利用者の皆さんもボランティアの皆さんも輪になって盛大に！
ぼんおど
～盆踊りタイム～

からすやまふくしきぎょうしょ なつ こうらい
烏山福祉作業所 夏まつり恒例！
なが
流しそうめん 2024ver.



きゅうしょく やたいふう まつ
給食は、屋台風のお祭りメニューでした。

らいねん なつまつ
来年の夏祭りは
かぞく ちいさかた
ご家族や地域の方にも
来ていただけるような
まつり おも
お祭りにしたいと思います！



9 がつ おも よてい
月の主な予定

6 にち さいがいじくねん
日:災害時訓練

こべつがいしゅつ はんがいしゅつ
個別外出・班外出の
よてい がつ じゅんじはい
予定が9月より順次入ります。

BB cafe ☕ 9月 営業スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
1	2 9:00-16:00	3 9:00-16:00	4 9:00-16:00	5 9:00-16:00	6 9:00-12:00 ※P/L災害時訓練のため	7
8	9 9:00-16:00	10 9:00-16:00	11 9:00-16:00	12 9:00-16:00	13 9:00-16:00	14
15	16 お休み	17 9:00-16:00	18 9:00-16:00	19 9:00-16:00	20 9:00-16:00	21
22	23 お休み	24 9:00-16:00	25 9:00-16:00	26 9:00-16:00	27 9:00-16:00	28
29	30 9:00-16:00					



夏バテ予防

保健だより Vol.17

世田谷区立烏山福祉作業所
令和6年8月30日発行

暑さが続いています。体調を崩さないように夏バテ予防を行いましょう！

～暑い日が続く、「夏バテ」していませんか？～

『眠れない』、『食欲がわからない』、『だるい感じが続く』、『やる気が出ない』、『下痢や便秘のときがある』 夏バテとは、このような体調不良の総称です。

☆夏バテを解消するためのポイント☆

①バランスの良い食事をとる・・・冷たい物や水分ばかりとっていると栄養が偏ってしまいます。

②早めに寝るようにする・・・睡眠不足が続くと疲れがなかなかとれません。

③エアコンの効いている部屋での過ごし方を考える・・・冷房の風が直接当たると体が冷えすぎてしまうので、羽織るものを用意したり、風向きを調整しましょう。また、冷房で冷えている体を温めるために、入浴時は湯船に浸かりましょう。



～9月の内科検診～
20日（金曜日）男性
30日（月曜日）女性・生活介護



給食だより

世田谷区立烏山福祉作業所
令和6年8月27日発行

まだまだ暑い日が続いていますね。朝夕の風に少しずつですが秋の気配が感じられるようになりました。今年の夏もとても暑かったですが、皆さん夏バテはしていませんか。これからの季節「食欲の秋」といわれるように、おいしい野菜、果物、魚がたくさんあります。栄養たっぷりの旬の食材を食べて元気いっぱい過ごしましょう。

9月1日(日) 防災の日 ～非常食はローリングストックで～

9月1日は防災の日ですが、8月30日から9月5日は「防災週間」です。

ローリングストックとは、災害に備えた食品などを日常的に食べて買い足すをことを繰り返しながら備蓄をすることです。日常的に使って補充することで賞味期限が過ぎて捨ててしまう、食品ロスを防ぐことができます。

