



# すまいる通心

就労継続支援B型事業所 Café すまいる

船橋市前原西 4-4-8 TEL 047-478-3701  
第127号 2022年11月18日発行

## 紅葉の季節！今年もあと1ヶ月!!



「11月といえば？」のアンケート結果は、1位：紅葉、2位：冬支度、3位：七五三  
だそうです。千葉にも紅葉のスポットがあります。近くでは、松戸の本土寺…例年11月中旬  
ごろから色づき始め、約1000本の紅葉が境内を彩ります。  
水戸光圀(水戸黄門)の寄進と伝えられる古松、老杉が参道に  
あるそうです。  
おまけ、焼きいもが4位でした。



本土寺の紅葉

### 缶バッジセット作業



缶バッジ



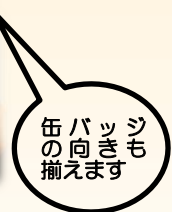
缶バッジ、  
台紙を OPP  
袋に入れ袋  
の口を止め  
ます。



台紙



袋の口止め



10個を1袋に  
入れて完了



OPP袋

内職作業の紹介です。  
工程がたくさんあり、手分けをして  
作業しました。  
※缶バッジの絵柄はお見せ出来な  
くすみません。



### 黒ごまキヌアごはんは栄養満点



☆赤キヌア、白キヌア  
栄養価が高く、宇宙食として  
も注目されています。赤キヌ  
アは白キヌアよりポリフェノ  
ール量が多いのが特徴です。

☆アマランサス  
カルシウム、リン、マグネシ  
ウム、カリウム、鉄分、葉酸、  
食物繊維が含まれ、美容効果  
も期待出来ます。

☆黒ごま(リグナン)  
セサミンが豊富で抗酸化作用  
が強いため、老化防止や肝  
機能の改善、悪玉コレステロ  
ールを低下させ動脈硬化を防  
ぐなどの効果が期待できま  
す。

黒ごまキヌアごはんは  
『スーパーフード』  
です！  
お米と一緒に炊いて  
食べてみてね！

### Café すまいる 就労継続支援B型

#### 2022年12月開所日予定

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				開所	開所	開所
4	5	6	7	8	9	10
休み	開所	開所	開所	開所	開所	開所
11	12	13	14	15	16	17
休み	開所	開所	開所	開所	開所	開所
18	19	20	21	22	23	24
休み	開所	開所	開所	開所	開所	休み
25	26	27	28	29	30	31
休み	開所	開所	開所	休み	休み	休み

変更の場合があります

### ☺新しい仲間を募集中!!

Café すまいるに興味のある方、  
紹介して下さる方は  
☎047-478-3701 (高橋) まで  
連絡をお待ちしています。



お願いいたします

ちいさなCafé すまいるですが  
他にもいろいろなお仕事があります。  
出来る事・できなくても工夫して出来る  
ように準備して待っています。