

# 4月の予定



=休み

日	月	火	水	木	金	土
休み	10:00~18:00	10:00~19:30	休み	10:00~17:00	10:00~19:30	10:00~18:00
		1 夕食サービス 17:30~	2 	3 茶話会 15:00~16:00	4 (自主) スロージョギング 15:00~16:30 夕食サービス 17:30~	5 お花見 (集合 11:30) 12:00~15:30
6 	7  スロージョギング 15:00~16:30	8 はたおり教室 14:30~16:30 夕食サービス 17:30~	9 	10 茶話会 15:00~16:00	11 夕食サービス 17:30~	12 家族相談 13:00~15:00 将棋教室 14:30~16:30
13 	14  スロージョギング 15:00~16:30	15 夕食サービス 17:30~	16 	17  運営ミーティング 15:00~16:00	18 (自主) スロージョギング 15:00~16:30 夕食サービス 17:30~	19  英会話教室 14:00~15:00 DVD鑑賞会 16:00~18:00
20 	21  スロージョギング 15:00~16:30	22 夕食サービス 17:30~	23 	24 茶話会 15:00~16:00	25 夕食サービス 17:30~	26  将棋教室 14:30~16:30
27 	28  スロージョギング 15:00~16:30	29 昭和の日	30 	契約更新手続きは、 忘れてませんか？ 4月28日(月)までです。		

4月5日(土)の英会話教室は  
お花見のため、お休みします。

4月22日(火)のはたおり教室は  
講師の都合によりお休みです。

**サポMEW カレーの会!**  
平成26年度は休止とします。

ご都合により、ボランティア講師の石田先生の  
指導は3月にて終了しました。  
5年間、ありがとうございました。

将棋教室は当分のあいだ、メンバー同士の  
対戦時間として開催します。





☆相談支援事業・地域活動支援センター☆  
ライフサポート MEW

定休日：水曜・日曜・祝祭日

〒180-0013

東京都武蔵野市西久保 1-6-25 西川ビル 401

TEL/FAX：0422-36-3830（相談用）

0422-50-1355（事務用）

E-mail：[life-sapo-mew@kha.biglobe.ne.jp](mailto:life-sapo-mew@kha.biglobe.ne.jp)

## 2014(平成26)年度 行事予定



2014 行事・講座など	
4月	契約更新手続き お花見、DVD鑑賞会
5月	防災訓練
6月	
7月	生活講座
8月	
9月	八丈島旅行
10月	防災訓練 一泊旅行
11月	
12月	クリスマス忘年会 大掃除・年越し
1月	精神保健福祉講座
2月	
3月	ゲストを招いて コーヒートーク

2月・3月の茶話会で、行事等について前年度の振り返りと今年度の予定について話し合いました。

「行事はあったほうがいい、参加したい」が「(自分が)～したくない人が多い」「誰かが企画してくれれば参加するが、自分で担当するのはいや」「幹事担当はプレッシャーがある」「クリスマス忘年会は、当日参加しないメンバーも準備を手伝うことでみんなで一緒にやれた」等々の意見ができました。

行事は何のためにやるのか？を改めて考え

『ふだんサポに来ないメンバーが参加するきっかけ』

『いろいろなメンバーとの交流の場』

と、確認しました。

今年度は下記の3つの行事は、みんなで分担して開催することにしました。

\*お花見

\*一泊旅行

\*クリスマス・忘年会

上記以外でも、「～したい。でも、ひとりでは不安」と思うことがあれば、スタッフまで相談してください。

スタッフ内で検討して、お手伝い可能であれば、みなさんに呼びかけ、メンバー5人集まれば催行します。

4月はメンバー初企画としてDVD鑑賞会を予定しています。

みなさんひとりひとりの

「～したい」を一緒に実現しましょう！



# お知らせ

## お花見

日 時：4月5日（土） 12：00～15：30

※11：30にサポに集合して、歩いていきます。

場 所：武蔵野市立 西久保公園

お弁当代：500円

※自分でお弁当持参される方は不要です。

申込みの際に、その旨申し出てください。

ゴミは各自持ち帰りです。

申込締切：4月3日（木） ※雨天の場合は、サポで

持ち物：飲み物、敷き物 お弁当を食べます。



## 茶話会

平成26年度から 第3木曜日の茶話会は

（仮称）運営ミーティングとなります。

行事等の決定事項は、第3木曜日の運営会議にて決定します。

その他の木曜日は今までどおりの茶話会です。

ふるってご参加ください。



## 市民こころの健康相談

市の委託事業「市民こころの健康相談室」をサポで受けることになりました。

下記の日時に市民からの相談を受け付けます。

◆電話相談：毎週木曜日、第2・4土曜日

10：00～12：00 13：00～16：00

◆来所相談：毎週木曜日

13：00～16：00



# 2014年2月度事業報告

## 登録者数変遷

	新規	退所	総数
12月	0名	0名	92名
1月	1名	0名	92名
2月	0名	1名	91名

## 相談等件数

電話	132件
来所相談	14件
訪問	2件
同行	2件
個別支援会議	0件
関係機関との連絡調整	3件
緊急携帯	3件

2月のライフサポートMEWは、インフルエンザが流行り、また、記録的な大雪などの影響もあり、開所時間を短縮した日が集中した月でした。

現在、更新面談・手続きを順次受け付けています。月末は予約が集中する場合がありますので、更新を希望する方は、早めに手続きをお願い致します。

## 利用状況

開所日数	19日
来所者数	243名

## 計画相談

新規計画作成	10件
訪問	60件
電話連絡等	102件
モニタリング	31件
契約者数	103件

地域移行 (継続) 1件

地域定着 (継続) 1件

# 夕食サービス献立表

お肉系

魚貝系

野菜等、その他

4月1日(火) 650Kcal 魚のムニエル 野菜ときのこの卵とじ みそ汁 デザート	4月4日(金) 650Kcal すき焼き風煮物 野菜のおひたし みそ汁 デザート
4月8日(火) 630Kcal きつねうどん 新じゃがソテー ブロッコリーおかか和え デザート	4月11日(金) 640Kcal なすの味噌炒め 納豆 スープ デザート
4月15日(火) 640Kcal 煮魚 切干し大根の炒めもの みそ汁 デザート	4月18日(金) 630Kcal ピーマンの肉づめ ポテトサラダ みそ汁 デザート
4月22日(火) 650Kcal ハヤシライス ほうれん草のごま和え スープ デザート	4月25日(金) 640Kcal 鶏肉のオイル焼 若竹煮 みそ汁 デザート

サポの台所(三八〇円) 一七時半

デザートは何か出るかは毎回のお楽しみです!

## 【申込方法】

- ・申込受付：  
該当曜日の前日12時～  
当日15時まで。
- ・TELにて、または  
スタッフに直接お申し込み  
ください。
- ・当日15時以降のキャン  
セルは、全額負担してい  
たきます。
- ・食材は毎回決まった予算  
内で購入しています。  
場合によってはメニュー  
の内容が一部変更になる  
ことがありますのでご了  
承ください。

