

# 7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  英会話教室 14:00~15:00
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
13 	14  スロージョギング 15:00~16:30	15 編み物教室 14:00~15:00 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 ★生活講座★ 13:30~15:30
20 	21 海の日	22 はたおり教室 14:30~16:30 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 夕食サービス 17:30~	30 	31 茶話会 15:00~16:00		

## 7月の運営ミーティングの議題

＜提案をする場合＞

\*ホワイトボードに記入し、自分の名前も書いてください。

\*記入した後、スタッフにひと声かけてください。

詳細を伺って検討します。



生活講座開催のため、

第3土曜日の英会話教室は

お休みです。





☆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)

## 生活講座「暮らしと法律問題」



今年度の生活講座は「暮らしと法律問題」をテーマに行います。

講師には弁護士として活躍されており、永年、武蔵野市でも法律相談を受けてこられた藤原寛治先生をお招きしてお話していただきます。

法律に関することで、弁護士の先生に相談してみたいけれどなかなか出来ないということもあると思います。当日は質疑応答の時間も多く取っているため、ぜひ、この機会に疑問に思っていることを先生に聞いてみてはいかがでしょうか。たくさんのご参加、お待ちしております。

日時：7月19日(土)13時30分～15時30分

場所：ライフサポートMEW

テーマ：暮らしと法律問題

講師：藤原 寛治先生



※参加ご希望の方は電話または、来所時にスタッフにその旨、お知らせ下さい。

## 6月の運営ミーティングの報告

【参加者：18名（スタッフ含む）】

- ◆BS受信について：建物の構造上、アンテナを設置するのは不可。  
⇒他の方法を検討する。
- ◆メイクセラピー（ゲストを招いてコーヒートーク）：  
日頃化粧ができないのでやってほしい。  
⇒開催 決定（時期未定）
- ◆スカイツリーツアー：開催提案（⇒次ページ参照）
- ◆歌舞伎：開催提案（⇒次ページ参照）
- ◆ベッドシーツについて：男女別に用意。（女性のものは青い袋に用意）
- ◆秋の一泊旅行：行程提案（⇒次ページ参照）





メンバー企画  
第2弾!

スカイツリー見学に  
行きませんか?



【企画：メンバーT. S.】

★日時：平成26年7月15日(火) 11:30までにサポMEWに集合!★

(※雨天の場合順延⇒候補日7月22日(火) その日も雨だったら9月以降の場合もあり。)  
費用：JR三鷹～新宿(片道)220円 都営地下鉄 新宿～大門～押上(片道)260円  
手帳所持者なら都営地下鉄は都営パスで無料。(手帳を持参すれば新宿駅ですぐに発行可能)  
スカイツリー(手帳料金)350m展望台まで1,030円、450m展望台まで+510円  
昼食は江戸味楽茶屋ソラマチでランチ840円～。

「歌舞伎」をみに行きませんか!!

時期：11月(詳しい日程、演目は9月に決まる予定です。)

場所：歌舞伎座(東銀座)

チケット代：6,000円(交通費、昼食代が別途かかります。)

申込方法：① 所内掲示のポスターに名前を記入。

② 電話にてスタッフに伝える。

募集締切：9月30日(火)まで

備考：10月中に、参加希望者で当日の打ち合わせをする機会を設けます。



メンバー企画  
第3弾!

～企画委員からひとこと～

「日本の伝統芸能である歌舞伎を、生でみたいと思いませんか!？」

そうだ! 昔の日本にタイムスリップしよう...

秋の一泊旅行について



◆行程が決まりました! 参加費は1万円以内の予定。詳細は、しばらくお待ちください。

\*10/27(月)

9:30 三鷹出発→談合坂SA→昇仙峡ほうとう会館(昼食)/影絵の森美術館・昇仙峡→15:00石和温泉(宿泊)

\*10/28(火)

かんぼの宿 石和  
10:00石和温泉出発→大石公園(河口湖)→道の駅かつやま→巻狩(昼食:溶岩焼/サーロイン定食)→  
赤富士ワイナリー→15:00河口湖発→談合坂SA→石川PA→17:00三鷹着

# 2014年5月度事業報告

## 登録者数変遷

	新規	退所	総数
5月	1名	0名	87名

## 利用状況

開所日数	20日
来所者数	310名

## 相談等件数

電話	113件
来所相談	44件
訪問	1件
同行	1件
個別支援会議	1件
関係機関との連絡調整	34件
電子メール	0件
緊急携帯	6件

5月はゴールデンウィークがありましたが、開所日数は4月と同じ20日間でした。

新たに1名の方が利用登録をし、5月終了時の登録者数は87名となっています。

プログラムについて、スロージョギングの参加者が減っています。中には、興味を持って内容についてお問い合わせ下さる方もいますが、そのような方をはじめ、皆さん是非一度スロージョギングに参加し、体験していただければと思います。

## 計画相談

新規計画作成	6件
モニタリング	40件
契約者数	117件

## 地域移行

(継続) 1件

## 地域定着

0件

## 夕食サービス献立表

お肉系

魚貝系

野菜等、その他

7月1日(火) 640Kcal トマトと卵の炒めもの 大根とちくわの煮もの みそ汁 デザート	7月4日(金) 660Kcal カレーライス サラダ デザート
7月8日(火) 660Kcal ツナとポテトのチーズ焼き ほうれん草のおひたし スープ デザート	7月11日(金) 640Kcal いかと大根の煮物 コーンとハムのサラダ けんちん汁 デザート
7月15日(火) 630Kcal 豆乳そうめん ブロッコリーおかか和え かぼちゃ甘煮 デザート	7月18日(金) 650Kcal 豚肉のキムチ炒め 大根サラダ みそ汁 デザート
7月22日(火) 630Kcal ひじきごはん ナスときゅうりの香味漬け 豚汁 デザート	7月25日(金) 650Kcal 鶏肉のソテー 長芋のさっと煮 オクラのおひたし みそ汁 デザート
7月29日(火) 630Kcal 焼塩鮭 なすの炒めもの 冷奴 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。
- ・当日は18時30分まで  
に来所してください。