

# 2月の予定



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 花	2 茶話会 15:00~16:00	3 夕食サービス 17:30~	4
5 花	6	7 手芸教室 14:30~16:30 夕食サービス 17:30~	8 花	9 茶話会 15:00~16:00	10 夕食サービス 17:30~	11 建国記念の日 花
12 花	13 将棋交流戦 13:30~15:30	14 はたおり教室 14:30~16:30 夕食サービス 17:30~	15 花	16 運営 ミーティング 15:00~16:00	17 夕食サービス 17:30~	18 お楽しみ食堂 10:30~14:30 弁護士相談 13:00~16:00
19 花	20 楽しもう文字の会 14:00~15:00	21 手芸教室 14:30~16:30 夕食サービス 17:30~	22 花	23 薬剤師さんと話そう 13:00~14:00 茶話会 15:00~16:00	24 夕食サービス 17:30~	25 将棋教室 将 14:30~16:30
26 花	27	28 夕食サービス 17:30~	手芸教室の時間が2月から変更になります。 変更後は、14:30~16:30です。 よろしくお祈いします。			

## 1月運営ミーティングで決まったこと

### 行事のルールと自主企画の違いについて

- ・サボの行事は、①職員に相談→②運営ミーティングで決める→③ニュースレターでお知らせ→④実施。
- ・自主企画は、①事前に職員に相談→②ポスターを作る→③ポスターを職員に見せる→④ポスターを掲示して参加者を募集する→⑤実施

### 掲示物について

- ・共有スペースの掲示物は、貼る前に職員に一声かける。オープンスペースの机の上についても同様。机の上に置いて帰ったものについては、夕方に処分します。

**旅行の行先** 大洗に決定しました。スケジュールは今後。

## 緊急事態に備えて、知っておきましょう

- ・#7119 (救急相談センター)
- ・#9110 (警察安全相談窓口)
- ・03-5272-0303 (ひまわり) ※緊急入院相談
- ・0570-087-478 14時~翌6時  
(こころといのちのほっとライン)
- ・0570-064-556 14時~翌5時半  
(こころの健康相談統一ダイヤル)
- ・03-5155-5028 平日17時~22時  
(こころの夜間電話相談)



☆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

〒180-0006

東京都武蔵野市中町3-4-9ディアハイム武蔵野1階

TEL：0422-36-3830（相談用）

0422-50-1355（事務用）

FAX：0422-36-3700

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

ライフサポートMEW 精神保健福祉講座

## 「差別ってなに？」

## ～障害者差別解消法について考えよう～

平成28年4月に「障害者差別解消法」が施行されました。

ふだん疑問に感じていることや、日常生活において感じている差別等について話し合い、理解を深められるよう、地域住民の皆さま、関係機関の職員、当事者の方の講座を開催いたします。

日時 平成29年2月28日(火) 14:00～16:00

講師 武蔵野市障害者福祉課 管理係 課長補佐兼管理係長 寺井一弘氏

会場 ライフサポートMEW

定員 20名

対象 武蔵野市民、支援者、当事者等 関心のある方

参加費 無料 ※手話通訳あり。車いすの方は事前にご連絡ください。

どんなときに差別を感じるのか、どんなふうになれば差別が解消されるのか、などについて話し合い「障害者差別解消法」についての理解を深める会を予定しています。関心のある方、どうぞご参加ください！ご希望の方は、電話・FAXにてお申し込みください。

TEL：0422-36-3830 FAX：0422-36-3700

## 芸術的な展示コーナーを設置します

ライフサポートMEWの利用者さんの絵・作品の展示コーナーをフリースペース内に設置することになりました。2月からスタートします。

展示希望の方は、事前にスタッフにご相談ください。

展示期間は1ヶ月です。期限が過ぎたら必ずお持ち帰りください。



# 将棋交流戦！コットがサポにやってくる！

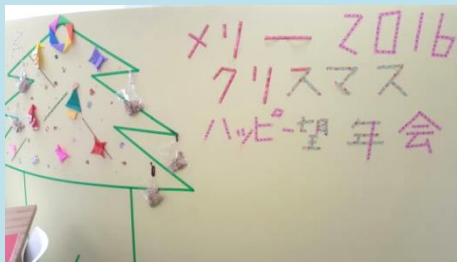
昨年12月に武蔵境にあるコットさんにて将棋交流戦を開催してもらいました。

サポからも、5名の方が参加し、大いに盛り上がりました。その時に「楽しいからまたやろう」という話になり、偶数月の第2月曜日に、場所はコットさんとサポと交代でやることになりました。

## 第2回 将棋交流戦

日時：2月13日(月) 14:00～ 場所：ライフサポートMEW

将棋好きの方、ぜひ、ご参加ください。



## クリスマス忘年会を行いました

今年のテーマは「手作りほのぼの望年会」と決め、企画委員4名でミーティングを何回も重ねて準備しました。

当日はふだんお世話になっているボランティアさん5名を招待し、ワークショップMEWの部屋を借りて開催し、33名の参加でした。ゲームの賞品も手作りの飲み物無料券、スタッフの秘密を暴く？ゲームを企画。当日参加はできないけど…とウェルカムボードを作成したり、ランチマットや飾りの作成を手伝ってくれたメンバーもいました。参加者全員に手作りのジンジャークッキーのお土産つきでした。

### <参加メンバーの感想>

- 時間があっという間だった。
- チキンもピラフもケーキもおいしかったが、食べきれなかったので次は量を少し減らしてもいい。
- ゲームはあった方がいい、スタッフのクイズがおもしろかった。
- BGMの選曲が良かった。
- 幹事は食べる時間も少なく、いろいろとやることがあり、たいへんだった。
- 会場が狭かったので、人数を限定してもいいかも。
- ランチョンマットなど手作りっていいなと思った。



ねじ「たそがれ」のぼんずん(1)

奈良祐作

私はゆうさく(この家の長男)に飼われているねこである。名前は「たそがれ」黒ねこの雄だ。

(ゆうさくに飼われていると言ったが、私の世話はおかあさんの由枝さんがやっている。ゆうさくは長男と言ったが、上に姉さんがいて下には妹がいる)

私は、今から食事までまぐるのおさしみ少々と缶詰を食う。私の日課は朝6時に飯を食ってあとは適当に近所を見まわり昼寝して、日がな一日変化のない毎日をおくっている。

この前、近所の犬猫病院に連れて行かれ、体重を計ったが8kgあった。まあまありっぱな体格だとおもっている。この病院には、私の苦手のねこがいて、「トーマス」といい、体格的にはこかくだが、いかんせん若いからいばりくさって私を見るとシーシーといかしてくる。私もウーウーと反撃してみるが、手を出される前にゆうさくに連れて帰ってもらう。

まあ、今回は

こんな感じで

次回をお楽しみに。



# 2016年12月度 事業報告

## スタッフよ一言

スタッフKの独り言

自分の口癖について。お風呂に入る時必ず「ヴッア～」と毎回声を出しながら湯に浸かる。お茶を飲む時も「っあ～」と言いながら飲む。周囲からは、「おっさんみたいだね」と言われていますが、口癖が変わる気配はない。

登録者数変遷			
	新規	退所	総数
12月	2名	0名	107名

利用状況	
開所日数	19日
来所者数	307名

相談等件数	
電話	92件
来所相談	25件
訪問	19件
同行	16件
個別支援会議	5件
関係機関との連絡調整	71件
電子メール	0件
緊急携帯	0件

計画相談	
新規計画作成	1件
モニタリング	25件
契約者数	168件
地域移行	(継続) 1件
地域定着	(継続) 4件
	(終結) 0件

## 夕食サービス献立表

お肉系

魚貝系

野菜等、その他

	2月3日(金) 610Kcal たらのカレーしょうゆ煮 油揚げのねぎみそ焼き みそ汁、デザート
2月7日(火) 640Kcal 大根と豚肉の炒め煮 野菜の白あえ すまし汁、デザート	2月10日(金) 620Kcal 白菜と鶏肉のポン酢しょうゆ蒸し 野菜のごま合え みそ汁、デザート
2月14日(火) 650Kcal スパゲッティミートソース サラダ、 スープ、デザート	2月17日(金) 660Kcal ポトフ きんぴらピーマン デザート
2月21日(火) 630Kcal かき揚げ 酢の物 すまし汁、デザート	2月24日(金) 620Kcal ごぼうと鶏肉の黒酢煮 白菜のももみ漬け みそ汁、デザート
2月28日(火) 620Kcal 白菜とソーセージのケチャップ炒め 大豆とオクラの酢の物 みそ汁、デザート	

サボの台所(四〇〇円) 一七時半

デザートに何が出るかは毎回の楽しみです!

【申込方法】

- ・申込受付：  
該当する曜日の前日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、全額負担していただきま  
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。