

4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 🐾	2 お花見 11:30~13:30 ※準備は 10時スタート	3 手芸教室 14:00~16:00 夕食サービス 17:30~	4 🐾	5 茶話会 15:00~16:00	6 夕食サービス 17:30~	7 土曜自習室 毎週 13時~15時
8 🐾	9	10 夕食サービス 17:30~	11 🐾	12 茶話会 15:00~16:00	13 夕食サービス 17:30~	14 将棋教室  14:30~16:30
15 🐾	16 将棋交流戦 (コットにて) 14:00~16:00	17 手芸教室 14:00~16:00 夕食サービス 17:30~	18 🐾	19 運営 ミーティング 15:00~16:00	20 夕食サービス 17:30~	21 弁護士相談 13:00~17:00 働きたい人の しゃべり場 16:00~17:00
22 🐾	23	24 夕食サービス 17:30~	25 🐾	26 薬剤師さんと話そう 13:00~14:00 詩の朗読会 15:00~17:00	27 夕食サービス 17:30~	28 将棋教室  14:30~16:30
29 昭和の日 🐾	30 振替休日 🐾	4月26日の茶話会は、 詩の朗読会のため お休みです。		弁護士相談の受付開始は、今月から その月の1日スタートになりました。 どうぞよろしくお願いいたします。		

3月運営ミーティング報告

- 来年度の新聞購読について
来月、どの新聞を購読したいか投票して6ヵ月ごとに違う新聞を購読してみよう!
- お花見について
- 詩の朗読会の開催提案について
4/26(木)の茶話会は、お休み。
- 短時間就労の案内、など。
来年度の行事のやりかたについては、次回の運営ミーティングで話し合います。



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)



NPO 法人 ミュー

☆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

T E L : 0422-36-3830 (相談用)

0422-50-1355 (事務用)

F A X : 0422-36-3700

E-mail : life-sapo-mew@kha.biglobe.ne.jp

お花見について

毎年恒例のお花見の詳細が決定しました！ みんなで絆を深めましょう！！

◎日 時：4月2日(月) 11時30分～13時30分

◎場 所：むさしの市民公園（※武蔵野市役所の隣です）

◎参加費：700円 前払い（飲み物は、各自ご用意ください。）

◎メニュー：カレーピラフ/からあげ/しゅうまい/アジフライ/野菜スティック
デザート是和菓子、桜餅・草餅・イチゴ大福から選択制できます♪

◎雨天時：サポで行います。雨天時のアルコールの持込は、不可。ご注意を。

*参加される方は、①買い出し班、②料理班、③場所取り班、④片づけ班の
いずれかを担って頂きたいと思っておりますので、よろしく願います。

⇒参加申込み締切：3月29日(木)17時

*お問い合わせ・連絡は、Tel 0422-36-3830

幹事：松沢/木村(季)/龍輪/清水

お別れの言葉

八田 昌伸

こんなに早くお別れの挨拶をすることになるとは思いませんでした。家庭の事情とはいえ、皆さんには申し訳ない気持ちで一杯です。

二年に満たない短い間でしたが、なつかしい人との再会や心が豊かになる出会いが沢山あった、充実した時間を過ごすことができました。本当にありがとうございました。

今考えると、私にはサポで勤務することに対して、「覚悟」のようなものが少し足りなかったように感じます。反省です。そんな私が何とか勤めてこられたのも、スタッフやメンバーの方々の明るい笑顔と優しい思いやりに支えられてきたからです。感謝。感謝です。

私はしばらくサポを去りますが、武蔵野市の生活相談支援と地域活動支援の中核として、ライフサポート MEW がますます発展されることを願っています。

更新面談について

4月2日からサポの更新面談(4月2日～6月末)を行います。

- ① 更新面談の予約を、電話または来所をした時にして下さい。
- ② 面談日までにニュースターに同封されているフェイスシートに記入をして下さい。
フェイスシート裏面にある「支援計画」や、書くのが難しいところは未記入で大丈夫です。
- ③ 更新面談当日は記入していただいた**フェイスシート・印鑑**をご持参下さい。
印鑑を忘れた場合は、更新面談が出来ませんのでご注意ください。

更新面談は職員が分担して行うので、ご希望どおりの日で実施するのが難しいこともありますが、
よろしくお願します。 (三宅)

声優さんを招いて朗読劇を楽しもう

プロの声優さんの詩の朗読を聞いてみませんか。第2部では声優さんとの交流を予定していますので、詩などを読むコツは……等々なんでも聞いてみましょう！

日時：4月26日(木) 午後3時から午後5時まで

会場：ライフサポート MEW (ワークのパソコン教室で使っていた部屋を借ります)

出演者：岡部 政明さん

朗読：第1部 朗読劇「高瀬舟」

第2部 お茶を飲みながら岡部さんと交流。

【岡部政明さんのプロフィール】北海道生まれ・北海道教育大学卒業・俳優協会所属。

主な活動は、「今日の出来事」「サンデープロジェクト」「報道ステーション」「ニュースステーション」でのナレーション。日本テレビ・TBS・テレビ朝日など多数のナレーションとして出演されています。 (小原)

アートのスペースのルールについて

フリースペースで始めたアートのスペースについて、運営ミーティングで話し合いました。展示方法を決めておいた方が良く、ということから以下のように決定しましたので、よろしくお願します。

- ・作品と管理表の両方に、いつから展示したのか書いておき、展示した人も把握できるようにする。
- ・管理表はフリースペースに置いて、みんなが見られるようにする。
- ・サイズは A4 まで。作品は必ず額縁に入れる。
額縁はサポのものの貸し出しもOK。
- ・作品は1人1点までとする。 以上

弁護士相談の変更点について

サポでは第3土曜日に藤原弁護士にお越しいただいて法律相談を実施しています。2月の運営ミーティングでは、「弁護士相談はいつも予約がいっぱい。もっといろいろな人が使えるような工夫があってもいいのでは」という意見が出ました。

そこで藤原弁護士と相談し、4月から新規相談者の方の優先枠として、16時～17時まで、もう一枠増やすことにしました。予約についても、当月1日より受付開始としますので、皆さん間違えなくお申込み下さい。法テラスや市の無料相談で相談するのはドキドキするけど、弁護士の人に相談したいなと思うことがあった時には、ぜひ、サポの法律相談をご利用下さい。

2018年2月度 事業報告

スタッフより一言

登録者数変遷			
2月	新規	退所	総数
	0名	0名	119名
利用状況			
開所日数	19日		
来所者数	281名		
相談等件数			
電話	279件		
来所相談	57件		
訪問	25件		
同行	13件		
個別支援会議	2件		
関係機関との連絡調整	139件		
電子メール	0件		
その他	8件		

12月からサポのお手伝いに入らせて頂きました。色々な方とお話させていただき、また夕食サービスでもお邪魔?致しました。私事で大変恐縮ですが…実は、現在、妊娠7ヶ月でして4月末より産休に入ります。諸事情でお伝えすることが遅くなり申し訳ありません。私自身、3回目の帝王切開になるので不安もいっぱいですが、命をこの世に送り出す勤めを精一杯しようと思います。そのため、お腹は太ったからではありませんのであしからず(笑)。また戻れる日を楽しみにしています—ありがとうございました。(清水)

計画相談	
新規計画作成	1件
モニタリング	26件
契約者数	167件
地域移行	(継続) 1件
地域定着	(継続) 11件

夕食サービス献立表

お肉系

魚貝系

野菜等、その他

4月3日(火) 660Kcal	4月6日(金) 660Kcal
サバのかば焼き ほうれん草とベーコンの炒め物 すまし汁、デザート	新じゃがのうま辛煮ころがし ブロッコリーのザーサイ和え すまし汁、デザート
4月10日(火) 620Kcal	4月13日(金) 630Kcal
なすとひき肉のみそ炒め 切り干し大根のハリハリ漬け 卵と野菜のスープ、デザート	あったかずし豆腐 ごぼうとわかめのきんぴら みそ汁、デザート
4月17日(火) 660Kcal	4月20日(金) 620Kcal
たらこのスクランブルエッグ 冷奴 豚汁、デザート	鮭のさっぱり付け焼き 春キャベツの油揚げのしょうゆ炒め みそ汁、デザート
4月24日(火) 650Kcal	4月27日(金) 650Kcal
柔らか豆腐ハンバーグ しいたけのオイスターソース炒め スープ、デザート	鶏の梅しそ揚げ にらと油揚げの卵とじ みそ汁、デザート

サポの台所(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。