

8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 |
| <p>職員夏季休暇について 7~9月は職員が交代で夏季休暇を取らせていただきます。 皆さまの、ご理解とご協力をお願いいたします。</p> | | | | 2 | 3 | 4 |
| | | | | 茶話会 15:00~16:00 | 夕食サービス 17:30~ | |
| 5 | 6 式百円食堂 10:00~13:00 将棋交流戦 (コットにて) 14:00~16:00 | 7 手芸教室 10:00~12:00 コーヒートーク(ゼンタ ングル)10時~12時 夕食サービス 17:30~ | 8 | 9 | 10 | 11 山の日 |
| | | | | 茶話会 15:00~16:00 | 夕食サービス 17:30~ | |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| | *13日~18日 開所時間 10:00~17:00 | | | | | |
| | | 夕食サービス休み | | 運営 ミーティング 15:00~16:00 | 夕食サービス休み | 弁護士相談 13:00~16:00 働きたい人の しゃべり場 15:30~16:30 |
| 19 | 20 式百円食堂 10:00~13:00 | 21 手芸教室 14:00~16:00 夕食サービス 17:30~ | 22 | 23 薬剤師さんと話そう 13:00~14:00 茶話会 15:00~16:00 | 24 | 25 将棋教室 14:30~16:30 |
| | | | | 茶話会 15:00~16:00 | 夕食サービス 17:30~ | |
| 26 | 27 | 28 夕食サービス 17:30~ | 29 | 30 茶話会 15:00~16:00 | 31 夕食サービス 17:30~ | |
| | | | | 茶話会 15:00~16:00 | 夕食サービス 17:30~ | |

*土曜自習室：毎週 13:00~15:00 8月は4日、18日、25日です。

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)

7月の運営ミーティングで決まった事

- ・DVD鑑賞企画します。
- ・英語教室、再開希望があったので講師さがします。
- ・旅行1日目の昼食は、浜松駅ビルの「五味八珍」(餃子定食)になりました。



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



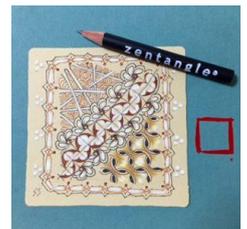
ゼンタングルを体験しませんか？。

ゼンタングルは禅とタングル（～の状態に押し込むのの意がある）を合わせた造語
ゼンタングルは絡まるの意味のあるタングルと合わせて考えると曲線や決まったパターンを絡まり合わせて行く単調な作業の間に描く人を自然にリラックスさせて禅の境地に近づけるという意味が込められているようだ。いわば描く禅だからこそやってみるといよりは体験してみるという方がふさわしい。体験したい方は是非参加してみてもはどうだろうか？描き終わったら美味しいコーヒーを飲みながら感想を語り合おう。

日時：8月7日（火曜日）13時～15時

場所：ライフサポート MEW

***市民の方も参加する場合があります。**



なかよし祭り出品者募集！

なかよし祭りとは、吉西福祉の会、中道商店会や地域のPTAの方々などが参加されるイベントで、法人MEWとして参加します。地域の方々と交流できる機会ですので、ご興味がある方は

- ～出品要項～
- ・手作り品、A4 サイズ以下の大きさ、10 個以上 20 個以下の出品ができる。
 - ・自分で値段をつけ、当日は **13:00～15:00** の販売ができる。（雨天決行）
 - ・食品の販売は販売できません。（口にする物）
 - ・応募が多い場合は担当スタッフによる選考となります。
 - ・締切日 **8月10日**

実施日：平成 30 年 9 月 30 日（日）10:00～15:00

（防災訓練 10:00～12:00、**物販・イベント 13:00～15:00**）

実施場所：西公園（紀伊国屋裏）

*ワークショップMEWでは焼き菓子、自主製品の販売を行います。

お問合せ先：森田

予告

なんと! 約 40,000 円相当のところ
参加費: 10,000 円
(別途: 昼食代、入場料、カラオケ、お土産等)



一泊旅行



往復新幹線で行く！
浜名湖・館山寺温泉 ゆったり旅

平成30年11月12日(月)13日(火)



【申込み】9月から開始です。
(詳細はニュースレター9月号を参照)

自転車での来所はダメです

きついタイトルになってしまってますみません。
ティアハイムの駐輪場は、ワークショップ MEW で登録をしている方と、サポの自転車専用です。自転車で来たいという希望が多い中、申し訳ないと思っているのですが、サポのメンバーさんの自転車は駐輪できません。

先日、駐輪場の隣りに駐車している車の持ち主の方から、「駐輪場の枠外に自転車が停められていた。倒れて自動車に傷がついたらどうするんだ」と注意を受けました。

サポの人ではないかもしれないのですが、一人のしたことがみんなの迷惑になりますので、くれぐれも駐輪しないようお願いします。



カラオケ会大成功!



5月のGWが過ぎた頃、「最近カラオケに行っていないなあ」をきっかけに、カラオケ会の企画をしました。

6月29日(金) 武蔵境のディーブルーで、メンバー8人が集まりカラオケ会をやりました。数日前から「時間に起きられるかなあ。部屋割りはどうしようかなあ。みんな楽しんでくれるかなあ。」と、プレッシャーがかかっていました。当日はお釣りを用意したり、機械の調整など担当しました。

一人4、5曲歌えたと思います。ハモる人、体でリズムをとる人など、会場は大盛り上がり。みんなで楽しい時間を過ごすことが出来ました。カラオケの後は、カプリチョーザに行き、お茶もしました。会が終わるまで不安でしたが、幹事を無事にやり遂げる事ができて自己効力感が高まりました。

次回は、今回来られなかったメンバーが来れる日で、また企画したいと思います。 幹事: H・T

2018年6月度 事業報告

スタッフより一言

| 登録者数変遷 | | | |
|------------|------|----|------|
| 6月 | 新規 | 退所 | 総数 |
| | 5名 | 0名 | 127名 |
| 利用状況 | | | |
| 開所日数 | 22日 | | |
| 来所者数 | 396名 | | |
| 相談等件数 | | | |
| 電話 | 244件 | | |
| 来所相談 | 59件 | | |
| 訪問 | 15件 | | |
| 同行 | 7件 | | |
| 個別支援会議 | 1件 | | |
| 関係機関との連絡調整 | 96件 | | |
| 電子メール | 5件 | | |
| その他 | 1件 | | |

彼の歌声に心撃ち抜かれ、どうしても彼の生の歌声が聴きたくなり、不慣れなスマホでがんばってチケットを取り、ライブに行ってきました。『竹原ピストル』。物騒な名前とは裏腹に腰の低い自虐的なMCにくすくと笑い、NHKホールにギター一本で立つ彼の歌声を堪能できました。ホントはもっと小さなライブハウスで聞きたかった…。今年の年末には日本武道館でライブだって！

(夢見る乙女座生まれの職員より)

| 計画相談 | |
|--------|----------|
| 新規計画作成 | 3件 |
| モニタリング | 24件 |
| 契約者数 | 174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

| | |
|--|--|
| 8月3日(金) 660 Kcal ・豚なす梅おかか風味 ・豆腐サラダ ・みそ汁、デザート | 8月7日(火) 640 Kcal ・魚(干物) ・ズッキーニのコンビーフ炒め ・みそ汁、デザート |
| 8月10日(金) 620 Kcal ・マーボーなす ・たたききゅうりのドレッシング和え ・スープ、デザート | 8月14日(火) Kcal お休みです |
| 8月17日(金) Kcal お休みです | 8月21日(火) 660Kcal ・サラダソーメン ・みょうがと青じそのチーズ春巻 ・すまし汁、デザート |
| 8月24日(金) 650Kcal ・青じそつくね ・ブロッコリーのチーズおかか ・みそ汁、デザート | 8月28日(火) 640Kcal ・きゅうりと牛肉のオイスターソース炒め ・焼きズッキーニはちみつ梅肉和え ・スープ、デザート |
| 8月31日(金) 660Kcal ・長芋とオクラのドライカレー ・サラダ ・スープ、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。