

12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 土曜自習室(毎週) 13:00~15:00
2 	3 式百円食堂 10:00~13:00	4 手芸教室 14:00~16:00 夕食サービス 17:30~	5 	6 拡大茶話会 「あなたの時間の つぶし方は？」 15:00~16:00	7 夕食サービス 17:30~	8 将棋教室 14:30~16:30
9 	10 将棋交流戦 14時 ~16時(コット)	11 夕食サービス 17:30~	12 	13 茶話会 15:00~16:00	14 夕食サービス 17:30~	15
16 	17 式百円食堂 10:00~13:00	18 手芸教室 14:00~16:00 夕食サービス 17:30~	19 	20 運営ミーティング 15:00~16:00	21 夕食サービス お休みです	22 弁護士相談 13:00~16:00 将棋教室 14:30~16:30 働きたい人のしゃべり場 16:30~17:30
23 天皇誕生日 	24 振替え休日 	25 夕食サービス 17:30~	26 	27 大掃除・そば 薬剤師さんと話そう 13:00~14:00 茶話会 15:00~16:00	28 夕食サービス お休みです 17時閉所	29
30	31	1/1	2	3	4 夕食サービス お休みです 17時閉所	5

・法律相談は先生のご都合で第4週の土曜日に変更になります。
 ・年末年始は 12/29(土)~1/3(木)までお休みになります。

11月の運営ミーティングで決まった事

- ・将棋教室・・・対戦の時間を延ばす。メンバーの清水さんがボランティアで初心者の方の対戦相手になり教えてくれる。
- ・新年会・・・外出する事、2月に決まったが、内容決まらず、来月のミーティングに持ち越す。(※新年会当日は開所します)

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

年末年始のお知らせ

年末は **12月28日(金)17時まで**
年始は **1月4日(金)17時まで**
となります。

夕食サービスは **12月25日(火)**
が最終になります。

詳しくはカレンダーを見てください。

新年会について

今年の4月に、サポでの年間行事を話し合った時に、「今年はクリスマス・忘年会をやめて新年会をやりよう」という意見を出してくれた方がいて、今年度は、新年会をやることにしました。あつという間に年末が近づき、もうそろそろ、新年会について決めなければと11月の運営ミーティングで話し合ったのですが、検討事項が多く、新年会については十分に話せませんでした。「2月にやる」こと、「今回はサポの中でやるのではなく、外食にしよう」ということだけが決まり、時間になってしまいました。サポでは、1月に新年会をやることよりも、みんなで話し合って決めていく過程を大事にしたいと考え、1月に話し合い、2月に新年会を開催することにしました。気にしてくれている方もいると思うので、経過報告です。

大掃除・年越しそばのお知らせ



今年も残りわずかとなりました。ライフサポートMEWでは今年も大掃除を行います。フリースペースの一年間の汚れを落とし、新年を気持ち良く迎えたいです。

また、年越しそばを食べながら今年を振り返り、来年に向けての抱負など語り合います。皆さんの参加お待ちしております。

日時:12月27日(木)
10:00～ 大掃除
12:00～ 年越しそばを食べよう!
参加費:300円(おそば材料代)



*画像はイメージです。当日のお楽しみ♪

ドライブレクリエーションに
行ってきました
2018. 10. 29



お陰様で心ある地元の方々に支えられドライバーさん、ボランティアさんとお話しながら車内も楽しく過ごせました。

久しぶりに首都高速に乗れて海ほたるも気持ち良かったし自然豊かなマザー牧場で心身ともにリフレッシュさせてもらいました。

本当にありがとうございましたm(_ _)m

来年もぜひ参加できたらと今から楽しみにしています。

藤岡 加須仁

ピアスタッフってどんな仕事？

ピアスタッフとして働いている方をお招きし、実際の仕事やピアスタッフになったきっかけ等についてお話していただきます。まだ10名程参加できますので、興味のある方は早めにご連絡をお願いします！！

日時：12月1日（土） 10：30～12：00

場所：ワークショップMEW作業室

参加費：無料

人数：30名（先着順）

ホワイトボードの掲示に書くか、スタッフまで♪



メンバー企画のお知らせ

「さくらごはんにご飯食べに行きませんか」

自主企画 シリーズ 

皆さん一緒に行きましょう！

日程：12月4日（火）

集合：11:00 ライフサポートMEW

行先：武蔵野市役所 8階食堂

サポから歩いて向かい、帰りは現地解散にします。

*不明な事は、スタッフ又は幹事(三宅さん)にお尋ね下さい。

『ふるさと祭り』

場所は東京ドーム

障害者手帳有りご本人半額 付添人一人半額になります

日程：1月15日（火）

集合場所：11時 三鷹駅改札口前

交通費：電子マネー776円

現金 780円

平日限定当日券 現金1400円 前売券1200円

障害者手帳 700円

問合せ：鈴木さん

拡大茶話会次回のテーマ

「あなたの時間のつぶし方は？」

休日や夜が長い時にどういふふうにご過ごしていますか？ 時間のつぶし方という聞き方は悪いですが、手持無沙汰の時や空いた時間をどのように使っていますか？ それぞれの体験や考えを聴いたり話したりしてみましょ。 生活の質を上げる何かのヒントが得られるかもしれません。

日時：12月6日（木） 15：00～16：00 フリースペース

2018年10月度 事業報告

スタッフより一言

11月9日に日本教育会館で行われたテレビドラマ「健康的で文化的な最低限度の生活」放映記念シンポジウムに参加してきました。プロデューサーの米田孝さん、脚本の矢島弘一さんや生活保護ケースワーカーがパネラーとなり、生活保護ケースワーカーのリアルなシーンを現場の意見を聞きながら作製されたことを、語られていました。全10話の放映で10%を超える高視聴率もあったそうです。生活保護と言えばマスコミで数々のバッシングを浴びせられてきたことを考えると、生活保護のケースワーカーに焦点を当てたこの番組は大変好評であったようで、第2作目と言う声も多数あったとのこと。(小原 光文)

登録者数変遷			
10月	新規	退所	総数
	2名	1名	113名
利用状況			
開所日数	21日		
来所者数	379名		
相談等件数			
電話	226件		
来所相談	39件		
訪問	8件		
同行	8件		
個別支援会議	1件		
関係機関との連絡調整	8件		
電子メール	12件		
その他	3件		

計画相談	
新規計画作成	6件
モニタリング	23件
契約者数	178件
地域移行	(継続) 3件
地域定着	(継続) 10件

夕食サービス献立表

お肉系

魚貝系

野菜等、その他

12月4日(金) 620Kcal ・ちぎりミートボールと白菜のスープ煮 ・野菜のごまよごし/デザート	12月7日(金) 660 Kcal ・魚のフライ ・スープ/デザート
12月11日(火) 630Kcal ・魚のあんかけ ・みそ汁/デザート	12月14日(金) 660 Kcal ・和風マーボー豆腐 ・きのこ豚汁/デザート
12月18日(火) 650 Kcal ・れんこんと豚肉のスープ煮 ・おひたし/デザート	12月21日(金) お休み
12月25日(火) 650Kcal ・大根と鶏つくねのおでん風 ・納豆/デザート	12月28日(金) お休み

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。

