

11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 麻雀の会 13:00~15:00 はばたき会 15:30~
3 文化の日 	4 振替休日 	5 手芸教室は お休みです。 夕食サービス 17:30~	6 	7 運営ミーティング 15:00~16:00	8 夕食サービス 17:30~	9 将棋教室 14:30~16:30
10 	11 「生活のちょっと したコツー2」 14:00~16:00	12 夕食サービス 17:30~	13 	14 茶話会 15:00~16:00	15 夕食サービス 17:30~	16 麻雀の会 13:00~15:00 弁護士相談 13:00~16:00 働きたい人のしゃべり場 15:30~16:30
17 	18 式百円食堂 10:00~13:00	19 手芸教室 14:00~16:00 夕食サービス 17:30~	20 	21 運営ミーティング 15:00~16:00	22 夕食サービス 17:30~	23 勤労感謝の日
24 	25	26 夕食サービス 17:30~	27 	28 薬剤師さんと話そう 14:00~15:00 茶話会 15:00~16:00	29 夕食サービス 17:30~	30 ★土曜自習室(毎週) 13:00~15:00

緊急事態に備えて、知っておきましょう

- *2月予定の日帰り旅行の幹事を募集します。
11/7まで募集し、集まらなかつたら中止。
- *2月29日予定のコンサートのプロジェクト
メンバー5名決定。
10/24(木)14:00~話し合い。
- *1月予定の精神保健福祉講座
「薬の副作用について」医師に話してもらおう。
聞きたいことあつたら募集。

- #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

今年度も一泊旅行は中止です。

昨年度に続き、今年度も参加者が10名以下だったため、中止とします。後日、茶話会や運営ミーティングで話し合いたいと思います。申し込みをしてくださった皆さん、ごめんなさい。幹事の皆さん、長い期間にわたっての準備といろいろな検討をありがとうございました。

10月26日開催の

コーヒートークは順延しました

10月26日(土)14時~16時開催のゲストを招いてコーヒートークは、講師の都合で順延しました。開催日については現在、講師と日程調整していますので、決まりましたら改めてお知らせします。

講師の次原悦子さんから「自分の急な都合で順延したことをお詫びします。日にちを改めて設定し、皆さんとお会いできることを楽しみにしています。」とコメントをいただいています。



新入職員の紹介

9月20日より、月曜と金曜の週2回MEWで働かせていただいている高橋清子です。看護師として長い事いろいろな分野で働いて来ましたが、MEWでは全くの新人ですのでよろしくお願い致します。年齢の割に健康なのが取り得ていろいろなスポーツを楽しんでおり、微力ながら頑張りたいと思います。

よろしく
おゆがいます



また戻ってきた八田です。忙しいサポミューを手助けをする為にやってきた、期間限定の助っ人です。毎週木曜日だけの勤務で、どれだけ力になれるのか自信はありませんが、職場を明るく、楽しい雰囲気にする事だけは大切にしていきたいと思っています。よろしくお願い致します。



日帰り旅行、幹事募集中！！

2月にサポではじめての日帰り旅行を企画しています。予算や行き先を決定したり、昼食のお店を手配したりする幹事を募集しています。やっていただける方は11月7日までにサポまでご連絡をお願いします。



来年の2月29日（土）にコンサートをやろうと、現在メンバーさんが演奏の練習をはじめています。けれど当日の会場設置や歌詞カードを書く人、楽器を演奏する人…コンサート開催に当たって人手がまったく足りない状況です。当日のみでも、事前準備のみでも構いませんので、協力してくれるプロジェクトメンバーを募集しています。やってくださる方はホワイトボードに名前を書くか、サポまでご連絡をお願いします。みんなで素敵なコンサートにしましょう。

「生活のちょっとしたコツ-2」をみんなで話しませんか。

前回の話の中で、次回もやりたいとの声が多かったので今回も開催したいと思います。

生活の中で基本となるのは『衣・食・住』ですが、今回は、その中でも『食』にテーマを絞って、皆さんとお話ができたらと思っています。自分では当たり前の習慣も、他の人にとっては、なるほどと思うことがあるので、皆で食について工夫していることを話しましょう。

参加ご希望の方は、スタッフに伝えて下さい。

日時：11月11日(月) 14:00～16:00

場所：ライフサポートMEW 小作業室



災害時に役立つ情報

東日本大震災が起きた時ツイッターが結構繋がったので自治体は広報用のアカウントを作っています。

また法人ミューでもアカウントを作っています。

武蔵野市：@musasino_hope 法人ミュー：@MEW_musasino です。

参考まで。



2019年 9月度 事業報告

スタッフより一言

登録者数変遷			
9月	新規	退所	総数
		1名	1名
利用状況			
開所日数		19日	
来所者数		287名	
相談等件数			
電話		243件	
来所相談		30件	
訪問		12件	
同行		5件	
個別支援会議		12件	
関係機関との連絡調整		94件	
電子メール		16件	
その他		8件	

三井さんの番でしたが、高熱発症のため書けませんでした・・・。

次回の一言をお楽しみに！



計画相談	
新規計画作成	3件
モニタリング	36件
契約者数	189件
地域移行	(継続) 6件
地域定着	(継続) 9件

夕食サービス献立表

お肉系

魚貝系

野菜等、その他

【お願い】間違い防止のため、おつりのないようにお支払い いただくと大変助かります。	11月1日(金) 660Kcal れんこんと鶏もものほちみつ レモンソテー みそ汁 デザート
	11月5日(火) 620Kcal ほうとう風煮込みうどん サラダ デザート
11月12日(火) 640Kcal 豚しゃぶきゅうりのわさび 酢味噌かけ みそ汁 デザート	11月8日(金) 630Kcal 豚肉となすの酢炒め みそ汁 デザート
11月19日(火) 620Kcal 焼き魚 野菜炒め みそ汁 デザート	11月15日(金) 640Kcal 魚の竜田揚げ みそ汁 デザート
11月26日(火) 630Kcal さけのみそバター煮 すまし汁 デザート	11月22日(金) 660Kcal 豚肉とエリンギのポン酢 しょうゆ煮 みそ汁 デザート
	11月29日(金) 660Kcal れんこんと鶏むね肉の ナゲット スープ 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:
前回終了日の17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。