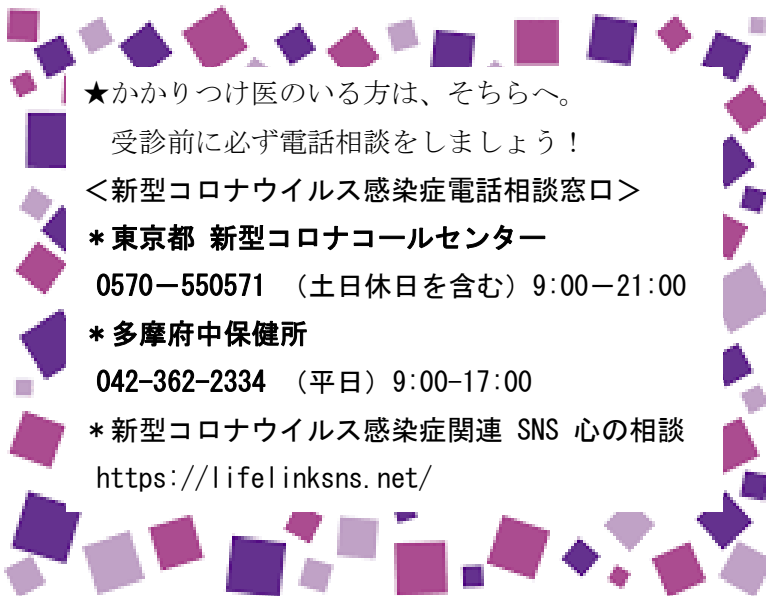


7月の予定



=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 	2	3 4 開所時間 10:00~16:30	
5 	6	7	8 	9	10	11
開所時間 10:00~16:30						
7/10 より受付開始						
12 	13 メニューは 夏野菜カレー。 7/2 申し込み 開始	14 夕食サービス A 17:30~ B 18:30~	15 	16 運営ミーティング 15:00~16:00	17 夕食サービス A 17:30~ B 18:30~	18 麻雀の会 13:00~15:00 弁護士相談 13:00~16:00
19 	20 貳百円食堂 A 12:00~ B 12:30~ C 13:00~	21 手芸教室 14:00~16:00 夕食サービス A 17:30~ B 18:30~	22 	23 海の日 	24 スポーツの日 	25 将棋教室 14:30~16:30
26 	27	28 夕食サービス A 17:30~ B 18:30~	29 	30 茶話会 15:00~16:00	31 ※夕食サービス はお休みです。	★土曜自習室 (7/18, 7/25) 13:00~15:00



★かかりつけ医のいる方は、そちらへ。
受診前に必ず電話相談をしましょう！
<新型コロナウイルス感染症電話相談窓口>
* 東京都 新型コロナコールセンター
0570-550571 (土日休日を含む) 9:00-21:00
* 多摩府中保健所
042-362-2334 (平日) 9:00-17:00
* 新型コロナウイルス感染症関連 SNS 心の相談
<https://lifelinksns.net/>

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

<開所時間・プログラムの再開について>



みなさん、いかがお過ごしですか。東京都のロードマップがステップ3に移行したこともあり、サポでも7月よりプログラム等の再開をすることにしました。具体的には下記のとおりになります。

	7月2日(木)~7月11日(土)まで	7月13日(月)~
開所時間	10時~16時半	★従来どおりに戻ります。 月・土=10時~18時 木 =10時~17時 火・金=10時~19時半
プログラム	中止	再開 (20日の式百円食堂のメニューは夏野菜カレーです！なんだか懐かしいですね。)
フリースペース	飲食は禁止。将棋、オセロ等は再開	飲食可

<お願い>

少しずつ緩和はされていますが、コロナウイルス感染者数はまだ多いので、きちんとした対策をとった上でプログラム等を再開していきたいと思っています。皆さんもご協力をお願いします。

- ・マスクは来所時はいつでも着用し、サポに来たら、まずは検温・手洗い・消毒。
- ・フリースペースでもなるべくお隣の人と距離をとってください。
- ・夕食サービスではワークショップ MEW の作業室も使い、密にならないようにご協力をお願いします。
- ・オセロ、将棋などはマスクを着用の上、アクリル板を挟んで楽しんでください。使用後は職員が消毒するので、職員へ渡してください。
- ・式百円食堂は、(A) 12:00~ (B) 12:30~ (C) 13:00~と3つに分かれて、食事をとって下さい。お食事後は、次の時間の人のために場所をあけてもらえるようご協力をお願いします。
→申込時に希望の時間帯を教えてください。

※コロナとは関係がないのですが、フリースペースの1/3程度の床が、浸水したことがありました。原因と対策は現在検討中ですが、いつもよりも狭いスペースとなってしまっています。密集状態を避けるため譲り合って利用してもらえようご協力をお願いします。ご不便をおかけしてしまい申し訳ありません。





「ありがとう」をつなごう！日々のちょっとした「ありがとう」エピソードを引き続き募集しています。

～エピソード1～

こんなコロナの時代が2020年に来るなんて、誰が予想していたでしょうか？全世界の多くの人々がコロナに感染され、苦しんでいます。そんな人々の為に私は、朝、亡くなった父親の仏壇に手をあわせるときに、最後に一言「コロナで苦しむ人々が居なくなります様に」と願います。しかしながら、こんなときにサポが開いていて下さって本当に、助かります。スタッフさんの尽力のお陰だと感謝しつつも、メンバーさんと会えて語らえる喜びは大きいです。人間は独りでは生きていけないから、このようなスペースがあってとても幸せを感じます。サポの皆さんから感染者が1人も出ませんように..。(ペンネームゆう)



サポでは感染を防ぐために様々な努力をしているところなので、メッセージをいただけてとてもうれしかったです。ゆうさん、投稿ありがとうございます。

応募方法：サポ宛に手紙もしくはメール。フリースペースにも紙があります。

名前が載りますので、気になる方はペンネーム等も教えてください。メールはこちら→

ariga10tuna5_sapo@yahoo.co.jp



「はばたき会」の

コロナ緊急事態宣言終了
特別募集！



コロナ感染症によりプログラムがなくなりにはばたき会もお休みしていました。職員会議でも話し合った結果、緊急事態が終わったとはいえ感染リスクはできるだけ抑えていきたいということで、今まで利用者さんが比較的少なかった**第一金曜日の午前中**にします。

(土曜日だと他のプログラムと重なることがあります)再開にあたって年始と同様に新しい人も参加できるようにしたいと思います。8月から始めますので希望者は応募してください。またこれまでのペースでは1回にやる分量が多すぎたと思うので従来の1回分を2回に分けて行いたいと思います。そのために全体で1年では終わらなくなりますがどうかお許してください。



2020年5月度 事業報告

登録者数変遷			
5月	新規	退所	総数
	0名	0名	120名
利用状況			
開所日数	20日		
来所者数	246名		
相談等件数			
電話	163件		
来所相談	28件		
訪問	1件		
同行	3件		
個別支援会議	0件		
関係機関との連絡調整	16件		
電子メール	74件		
その他	1件		

スタッフより一言

コロナウイルスの関係で3月から夕食サービスが中止になって、皆さまには大変ご不自由をおかけしましたが、7月14日から再開することになりました。ご期待にそうようメニューを工夫しながら作ってゆきたいと思っています。
(松浦)

計画相談


新規計画作成	2件
モニタリング	31件
契約者数	184件
地域移行	(継続) 4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

<p>一定の間隔を空けてお座りください。</p>  <p>一定の間隔を保ちましょう。 ひとり一人ができること。感染症予防にご協力ください。</p>	<p>密集状態を避けるため、2交代制にします。</p> <p><A>17:30~ 18:30~</p> <p>どちらかの時間帯で申し込みください。ご協力をお願いします。</p>
7月14日(火) 630 Kcal	7月17日(金) 660 Kcal
ゴーヤチャンプル みそ汁 デザート	魚のフライ みそ汁 デザート
7月21日(火) 660 Kcal	7月24日(金) Kcal
チキンソテー和風トマトソース みそ汁 デザート	休み
7月28日(火) 660 Kcal	7月31日(金) Kcal
キャベツと豚肉のコウマ炒め みそ汁 デザート	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:
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。

