

コラム 「心って何だろう 4」

MJ委員会 小田 富英

「心の色」の授業の導入で、「心とは何か」を自分の言葉で説明したあと、「では心はどこにあると思うか」を問います。この問いは、わが国の精神医療の先駆者呉秀三も百年以上前に抱えた大問題です。子供たちに問うと、「胸」とか「頭」「脳」以外に、「ほっぺた」や「手のひら」という豊かな発想の意見がとびだします。恥ずかしいとほっぺたが赤くなるや、ドキドキすると手のひらに汗をかくなど、その理由に驚くと、次々とユニークな意見が続きます。今回は、そんな子供たちの名解答の数々を紹介します。乞う、ご期待。

～ 小田富英先生のご紹介～

小田先生は、2004年、当時勤務されていた武蔵野市立第二小学校での総合的な学習の時間の「共に生きる」の活動の一環として、ミューの利用者と子供達との交流授業を始めたことをきっかけに、2009年退職された後も、進化した「こころの色の授業」に魅力と可能性を感じていただき、現在はMJ委員会※1の一員としてご協力いただいています。コラムでは、この15年間の小学校から大学、PTA、市民講座での「こころの色の授業」でつかんだ、「心」についての随想をご紹介します。

※ MJ委員会：メンタルヘルス授業を略してMJ。地域の団体などを中心にメンタルヘルスの福祉教育として『こころの色』という授業を行っています。



正会員・賛助会員費納入のお願い

日頃より、NPO法人ミューの活動にご理解いただき、ご支援・ご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。
当法人では、正会員・賛助会員の入会を随時受け付けております。法人運営へのご支援をよろしくお願い申し上げます。

正会員 < 年会費：3,000円 >

NPO法人ミューの目的に賛同し、総会で議決権をもつ個人及び団体

賛助会員 < 年会費：2,000円 >

NPO法人ミューの目的に賛同し、資金協力をを行う個人及び団体

振込先

ゆうちょ銀行 口座番号 00190-1-700576 NPO法人MEW

- 正会員・賛助会員の会費を納入頂いた方は、年1回当誌面及びホームページで氏名を掲載させていただきます。
※氏名掲載をご希望されない方は、その旨を振込用紙にご記入ください。
- 振込用紙に正会員または賛助会員の記載がない場合、賛助会員費として処理させていただきます。
- 正会員・賛助会員についてのお問い合わせは、NPO法人ミュー本部事務局までお願い致します。

お問い合わせ

法人事務局

〒180-0006
武蔵野市中町3-4-9ディアハイム武蔵野1階
TEL：0422-38-7661
FAX：0422-36-3700
E-mail：mew.honbu@gmail.com
URL：http://www.musashino-mew.com/

ワークショップMEW

(就労継続支援B型)

TEL：0422-36-2089

ライフサポートMEW

(指定特定・一般相談支援事業、地域活動支援センター)

TEL：0422-36-3830

〒180-0006 武蔵野市中町3-4-9ディアハイム武蔵野1階

就労支援センターMEW

(就労移行支援、就労定着支援)

TEL：0422-36-3577

〒180-0006 武蔵野市中町1-19-2矢島ビル201号

ミューのいえ 境ユニット
(グループホーム) 西久保ユニット

TEL：0422-55-5969

TEL：0422-38-8155

MEW公式SNS更新中！
ホームページよりご覧いただけます

f NPO MEW @MEW__musashino

武蔵野市 MEW

検索

SSKP

ミュー

MEW 通信 <115号>



特集：「市民こころの健康相談室」の相談日を増加しました

「市民こころの健康相談室」の最近の状況をお知らせします。この事業は武蔵野市から委託されている事業です。令和2年5月から毎週火曜日も武蔵野市役所の要請で相談日を増加しました。相談日を増加したことで、さらに利用しやすくなりました。毎週火曜日と木曜日、第2、第4土曜日は、午前10時～正午まで、午後1時～午後4時まで電話相談を受けています。また、毎週木曜日の午後は来所相談も受けています。

最近の主な相談内容は以下となります。

- ・新型コロナウイルス感染症にともなう不安。
 - ・家族に精神疾患の方が居て、対応方法について聞きたい、相談したい。
 - ・職場でパワハラに遭い辛い。
 - ・眠れない日が続くので、精神科クリニックを紹介して欲しい。
- など多岐にわたっています。

相談は市内在住、在勤の方であれば、どなたでも相談できますし、匿名希望の方の相談も受けています。もちろん個人情報大切に、外部に情報を漏らすことはありません。

相談の他に、メンタルヘルスに関する様々な内容について、専門の講師を派遣する出前講座も行っております。

「市民こころの健康相談室」TEL：0422-55-6003 [相談専用]

(ライフサポートMEW施設長：小原光文)

各事業所活動報告

ふるさと納税返礼品



今年度より武蔵野市ふるさと納税返礼品として“MEWのお菓子”の取り扱いが開始されました。

今回は、製造担当者の磯野職員よりお菓子の製造に込めた思いをご紹介します。

「磯野です。返礼品に“MEWのお菓子”を選んで頂いて、嬉しく思っています。“MEWのお菓子”は主な素材を出来る限りシンプルで、体に優しいものを使い手作りしています。そして『また食べたい』と思ってもらえる、記憶に残る焼き菓子でもありたいという思いで作っています。小さな幸せのきっかけに“MEWのお菓子”を選んでもらえたら嬉しいです。」

返礼品の詳細は、武蔵野市もしくは『わが街ふるさと納税』のホームページに掲載されていますので、ご関心のある方は是非アクセスをお願いします♪

ワークショップMEW

こんにちは 三宅です

昨年6月に体調を崩しお休みを頂いておりましたが、10月にライフサポートMEWから就労支援センターMEWへ異動となり、週2日の勤務ですが復職させて頂いています。ご迷惑をおかけしてしまい大変申し訳ありませんでした。MEWの利用者や職員の方から、温かくって優しい声をたくさんかけて頂き、ずいぶん元気づけられました。とても感謝しています。休職中、あれこれ考える中では、ライフサポートMEWで提供している、いつでも行けて誰かと何気ない話ができるフリースペースの役割の大きさや、仕事をする意義、就労支援の大切さを改めて実感しました。体調は崩してしまいましたが、私はソーシャルワークという仕事や、MEWのことが大好きです。この経験を、利用者の方へのよりよい支援に活かしていけたらと考えています。これからもどうぞよろしくお願い致します。

就労支援センターMEW

法人事業のお知らせ①

■第18回精神保健福祉講演会

テーマ：「薬物依存症からの回復」～刑罰よりも治療、排除よりも包摂を目指して～

講 師：松本 俊彦（まつもと としひこ）氏

国立研究開発法人国立精神・神経医療研究センター精神保健研究所 薬物依存研究部部長
病院薬物依存症センター センター長

2021年1月24日（日）に武蔵野公会堂で講演会を開催する予定でしたが、2回目の緊急事態宣言の発出を受け、誠に残念ながら中止となりました。その代わりとして、松本先生の講演を収録して、武蔵野市のホームページで動画配信することになりました。是非ご覧ください。

ライフサポートMEW

スマホ講座を行いました！



12月にコロナ対策をした上で、スマホ講座を行いました。前半にZoomの使い方、後半に事前に受講者から募集した質問への回答を講師の方々にしていただきました。今回の講座では武蔵野市シルバー人材センターパソコン教室担当の方2名に講師を依頼し、とても丁寧な講義をしていただきました。資料は、字の大きさ、画像を取り入れるなどの配慮をいただき、受講者からも大好評で、感謝でいっぱいです。講座の2回目以降の開催も検討しています！

受講者からの感想は、受けて良かったという内容もありつつ、これからのIT社会に対応ができるかという不安の吐露もありました。高齢者や障害者にも分かりやすく簡単に、そして便利にITを利用できる社会のシステムづくりの重要性を感じました。

第三者評価を受審しました

ミューのいえでは今年度、東京都福祉サービス第三者評価を受審しました。この評価は、東京都福祉サービス評価推進機構によって認められた評価機関が行います。第三者評価の目的は、①「利用者のサービス選択」及び「事業の透明性の確保」のための情報提供 ②事業者のサービスの質の向上に向けた取り組みの支援の2つです。昨年10月にミューのいえの利用者の皆さんにアンケート調査のご協力をいただき、その後職員アンケートや事業所の実地調査、管理者へのインタビューなど、約4カ月に渡って行われました。評価の結果は、2～3ヶ月後にレポートにまとめられ、ミューのいえの利用者・職員対象に報告会が行われる予定です。グループホームとして利用者の皆さんに満足してもらえる支援ができているか、安心・安全な運営ができているかなどを振り返る良い機会になりました。

ミューのいえ

法人事業のお知らせ②

■第27回テーマ講座「自殺対策講座」

テーマ：コロナうつと自殺予防 ～新しい生活ストレスへの処方箋～

講 師：太刀川 弘和（たちかわ ひろかず）氏

筑波大学医学医療系臨床医学域災害・地域精神医学 教授 医学博士
茨城県災害・地域精神医学研究センター 部長

日 時：2021年3月20日（土）15:00～17:00 [Zoomを使用時のオンライン講演](#)

参加費無料 定員100名 要事前予約

問合せ：ミューのいえ TEL：0422-55-5969 FAX：0422-38-8156

