

# 4月の予定



★土曜自習室 13:00～15:00

日	月	火	水	木	金	土
休み	10:00～16:30	10:00～16:30	休み	10:00～16:30	10:00～16:30	10:00～16:30
						1 14:00～16:00 麻雀の会
2 	3 月曜日ランチ会 12:00～/12:30～ (2部制) 14:30～体育館 で体をうごかそう	4	5 	6 運営ミーティング 15:00～16:00 お散歩・ ストレッチ	7 はばたきの会 14:30～ (ZOOM)	8 土曜日ランチ会 12:00～ 将棋教室 14:00～16:00
9 	10 14:30～体育館 で体をうごかそう	11	12 	13 マスク DE トーク 15:00～16:00 お散歩・ ストレッチ	14	15 弁護士相談 13:00～16:00 麻雀の会 14:00～16:00
16 	17 月曜日カレーの会 12:00～/12:30～ (2部制)	18 飛翔の会 11:00～ (ZOOM) コーヒートーク 14:00～ 15:30	19 	20 運営ミーティング 15:00～16:00 お散歩・ ストレッチ	21	22 土曜日ランチ会 12:00～ 将棋教室 14:00～16:00
23/30 	24	25	26 	27 薬剤師さんと話そう 14:00～15:00 マスク DE トーク 15:00～16:00 お散歩・ ストレッチ	28 読書会 15:00～16:00	29 昭和の日 

## \*3月の運営ミーティングの報告\*

### 【報告】

MEW 人事について：龍輪さん異動  
4/18（火）コーヒートーク  
「フィッシングボール作り」

### 【議題】

令和5年度に向けて  
① 令和4年度の振り返り  
② 令和5年度サポで何をやる？

## ★知っておきましょう★

- ・ #7119 (救急相談センター)
- ・ 0570-064-556 14時～翌5時半  
(こころの健康相談統一ダイヤル)
- ・ #9110 (警察安全相談窓口)
- ・ 03-5272-0303 (ひまわり)
- ※緊急入院相談
- ・ 03-5155-5028 平日17時～22時  
(こころの夜間電話相談)
- ・ 0570-087-478 14時～翌6時  
(こころといのちのほっとライン)



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 - m a i l : life-sapo-mew@kha.biglobe.ne.jp



## 開所時間が変わります！

コロナウィルスの影響で開所時間を短縮していたサポですが、5月から開所時間を延長することとなりました。大きな変化としては、開所時間が木曜日以外早まること。慣れるまでは下の表を参考にして、新しいサポ利用のペースを自分なりに作っていただけたらと思います。

5/1~

曜日	開所時間	閉所時間
月	9:30	18:00
火	9:30	18:00
木	10:00	17:00
金	9:30	19:00
土	9:30	18:00

### プログラムの変更点

土曜日のランチ会が中止になり、金曜日に夕食サービスが再開します。お待たせしました！  
その他手芸や機織りプログラムをやってみようといった意見があり、現在実現に向けて動いています。  
みなさまお楽しみに♪

## 人事異動のお知らせ

今まで週に2回サポに勤務し、フリースペースで皆さんとお話したいプログラムに入る等、多岐にわたって関わっていただいていた龍輪さんが異動となりました。龍輪さんの作った土曜日のランチは毎回大々大好評でした。これからはグループホームとワークショップ MEW で勤務することとなります。龍輪さんは28日(火)のお花見に参加しますのでよければお話ししに来てください。

5月からは金曜日の夕食サービスの担当として新たに職員が増えます。次号に詳しく載せますのでみなさま楽しみにお待ちください。



令和5年度のライフサポート MEW、登録更新書類をお送りいたします。  
同封書類は以下の通りです。

- ① 「ライフサポートMEW」利用契約書
- ② 「ライフサポート MEW」利用契約書**ピンクの用紙**
- ③ ライフサポート MEW 登録者現況届
- ④ 返信用封筒



令和 5 年 4 月 〇 日

甲 住所 東京都 武蔵野市 中町 〇-△-□

氏名 生活サポ子

乙 住所 東京都武蔵野市中町三丁目 4 番 9 号ディアハイム武蔵野 1 階

すべての該当箇所に記入し、  
①「ライフサポート MEW」利用契約書+③ライフサポート MEW 登録者現況届を返信用封筒に入れて**5月末日**までに返送ください。

契約書の裏面  
毎年印鑑漏れが多いです。忘れずに。  
ピンクの紙は自宅保管です！

現況届  
利用継続の有無を忘れずに。希望者にはスタッフとの面談を行う予定です。

ライフサポート MEW 宛 下記の通り、現況を報告します。

記入日	令和 5 年 4 月 〇 日
氏名	生活サポ子
住所	〒180-0066 武蔵野市中町 〇-△-□
電話	123-456-7890

1. ライフサポート MEW の令和5年度の利用継続を

1) 希望します。       2) 希望しません。  
※武蔵野市以外在住の方は、再登録ができなくなりますのでご注意ください。

2. ライフサポート MEW の令和5年度の利用についての面談を

1) 希望します。       2) 希望しません。  
※希望者には後日、日程調整のご連絡をします。

3. 下記のいずれかで、変更があった場合は、ご記入ください。  
★変更のない場合は、記入する必要はありません。

< 項目 >      < 変 更 後 >



**ゲストを招いてコーヒートーク「フィッシングボール作り」**

今回は手先が器用なメンバーさんと一緒に企画しました。タコ糸を結ぶだけで作れるフィッシングボールです。ネックレスやカバンに付けるチャームとして使えます。

**日時: 4月18日(火) 14:00~15:30**  
**参加費: なんと無料!**  
**場所: サポ**  
**参加人数: 材料の関係で先着10名とさせていただきます。**



キラキラして本当にきれいなフィッシングボール。  
みんなでお揃いで作りましょう。もちろん、おいしいコーヒー付き♪



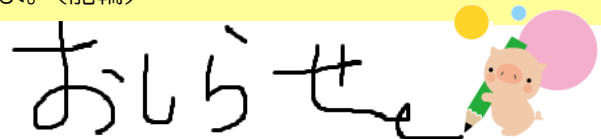
# 2023年2月度 事業報告 (地域活動支援センター)

スタッフより一言

登録者数変遷			
2月	新規	退所	総数
	1名	0名	123名
利用状況			
開所日数		18日	
来所者数		212名	
相談等件数			
電話		119件	
来所相談		36件	
訪問		1件	
同行		8件	
個別支援会議		0件	
関係機関との連絡調整		2件	
電子メール		1件	
その他		0件	

折り紙と将棋と麻雀とランチと。そんなことをしてサポのフリースペースで過ごさせてもらいました。グループホームと掛け持ちだったのでサポは週2回だけの出勤でした。将棋も麻雀も久しぶりだったのでやり方を復習しながらの初心者でした。負けず嫌いが出てしまっていたかもしれません。お付き合いいただきありがとうございます。

ランチで好評だったコールスローは、キャベツをザクザク切って塩コショウとリンゴ酢（レモン汁でもOK）とマヨネーズを混ぜたら完成です！ お好みで人参とかコーンとかハムとかツナ缶とかカニカマなどを入れます。春キャベツで作ると甘くておいしいですよ。（龍輪）



## 食事サービスのお知らせ

3月13日(月)以降のマスク着用についてですが、できる限り皆さまには、引き続きご協力いただきたいと思いますと考えております。よろしくお願いいたします。

### ●●●● 4月の食事サービスの予定 ●●●●

4月は〈4回〉実施予定です。詳細は以下の通りです。

〈ランチ会 一食300円〉〈カレーの会 一食200円〉 いずれも当日払いです！

	日時	メニュー (予定)	予約開始日時	定員
ランチ会	4月3日(月) ※2部制 12時～・12時半～	チーズをはさんだ ピカタ	3月28日(火) 10時～	12名
ランチ会	4月8日(土) 12時～	柳瀬スペシャル♡ ホワイトシチュー &ピラフ	4月3日(月) 10時～	12名
カレーの会 200円	4月17日(月) ※2部制 12時～・12時半～	おいしいカレー	4月10日(月) 10時～	12名
ランチ会	4月22日(土) 12時～	三食丼	4月17日(月) 10時～	12名

※ キャンセルの場合、前日 16 時半までにご連絡ください。それ以降のキャンセルはキャンセル料金（一食分）をいただきます。

※ 引き続き、黙食へのご協力をよろしくお願いいたします。