



暮らすこと

～ひとり暮らしの練習～

生活すること

～困りごとの相談～

# 特定非営利活動法人ミュー

Musashino Enjoyable Workshop

すべての市民のメンタルヘルス向上を目指します

自分らしく  
いられるように...

はたらくこと

～社会参加・  
就労のための練習～



# ワークショップ MEW

わき合い合いとしたアットホームな雰囲気大切にしながら、『職場』として、『社会生活の一部』として、『一般就労に向けた訓練の場』としてなど、さまざまな目的で幅広い年齢層の方にご利用いただけます。

## ワークショップMEWの特徴

### ▶作業室



### 作業別工賃

室内での軽作業から屋外の清掃作業まで幅広い種類の作業があり、自分で選んで作業ができます。作業別工賃（時給 100円～620円）のため、選ぶ作業で工賃が変わります。

### 短時間から利用可能

週1日1コマ（60分）から利用可能です。目標に向けてご自身のペースで取り組むことができます。

### 複数の作業環境

個々人の特性に配慮しながら支援を行います。状況に応じて、半個室や小作業室を活用して作業を行うことができます。また、休憩時や体調に合わせて、静養室も利用できます。

## 主な活動と支援

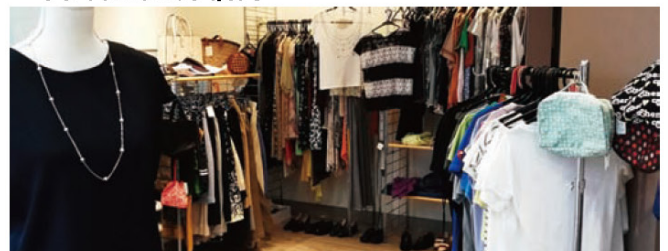
- 定員は20名で、利用期限はありません。
- 作業内容は、リサイクルショップ運営のほか、製菓・製パン、屋内・屋外の清掃、下請けの軽作業、自主製品などです。

### ▶製菓事業



- 個別支援計画に基づき、通所や作業を通して、ご自身の目標に向けて支援します。
- 日帰りレクリエーションなどの行事のほか、年に3～4回、地域のお祭りにも出店しています。
- 就労の支援も行っています。相談、履歴書作成支援、面接会への同行などを行っています。

### ▶リサイクルショップ店内



## 通所までの流れ

体験通所を希望される方はお電話ください。

※交通費支給有



# ライフサポート MEW

一人ひとりが抱える様々な生活での課題について、ご本人の解決（改善）に向けたお手伝いをします。  
(武蔵野市在住の方対象)

## 地域活動支援センター

### (1) 日常生活の支援

住みなれた地域で自分らしく安心して暮らせるようお手伝いします。また、生活・福祉・医療等に関する講座を年に数回行っています。

### (2) 相談

生活をしていて不安なこと、公的手続き等で分からないこと、その他対人関係、服薬管理、金銭管理、将来への希望に向けてなど、様々な相談に応じています。

#### ▶フリースペース



### (3) 交流

日中、安心して過ごせる憩いの場、仲間と交流する場として、気軽に立ち寄れるスペースを提供しています。イベントやピア活動の支援も行っております。

### (4) 家族支援

ご本人だけでなくご家族の支援も行っております。

### (5) 居住支援

登録いただいている方の転居についてのご相談を受け付けております。転居後も安心して地域で生活していけるよう支援します。

## 相談支援事業

### (1) 特定相談支援事業（計画相談支援）

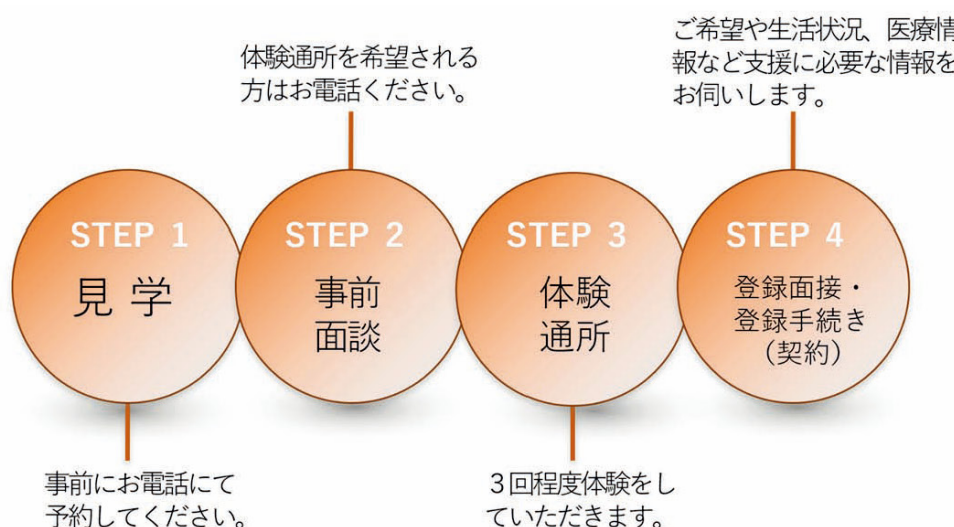
サービス等利用計画を作成し、福祉サービスを利用しながら、希望する生活の実現に向けたお手伝いをします。

### (2) 一般相談支援事業

**地域移行支援：**病院等に入院（入所）している方が、地域で生活するための準備・退院のお手伝いをします。

**地域定着支援：**地域での暮らしを続けていけるよう支援します。常時連絡体制を確保し、地域生活を継続していくための支援をします。

## 登録までの流れ(地域活動支援センター)



# ミューのいえ

ミューのいえは、地域で一人暮らしをするには自信のない精神障害のある方が、職員や仲間等、様々な人のサポートの中で、一人暮らしの練習をする場所です。

## 入居定員

|         |    |
|---------|----|
| 西久保ユニット | 7名 |
| みなみユニット | 7名 |

## 利用できる方

- 単身生活をしたいが不安のある方
- 精神科に継続して通院、服薬の自己管理ができる方（月1回以上医療機関等と連携をさせていただきます）
- 昼間に活動場所を持っている方

## グループホームでの生活

- 食事、買物、お金の管理、身の回りの事など、ご自身での管理が基本です。何か分からないこと困ったこと等がある場合、一緒に取り組むことができます。
- 週に1度夕食会があります。
- 季節やご希望に応じた行事を行います。
- 入居期限は原則3年です。(1年毎の更新制)

## 入居の約束

一般賃貸の約束と同じです。近隣の迷惑になるような行為や建物を傷つける行為は慎んでください。その他、細かな約束は入居者の皆さんで話し合って決めていきます。

## 入居の費用

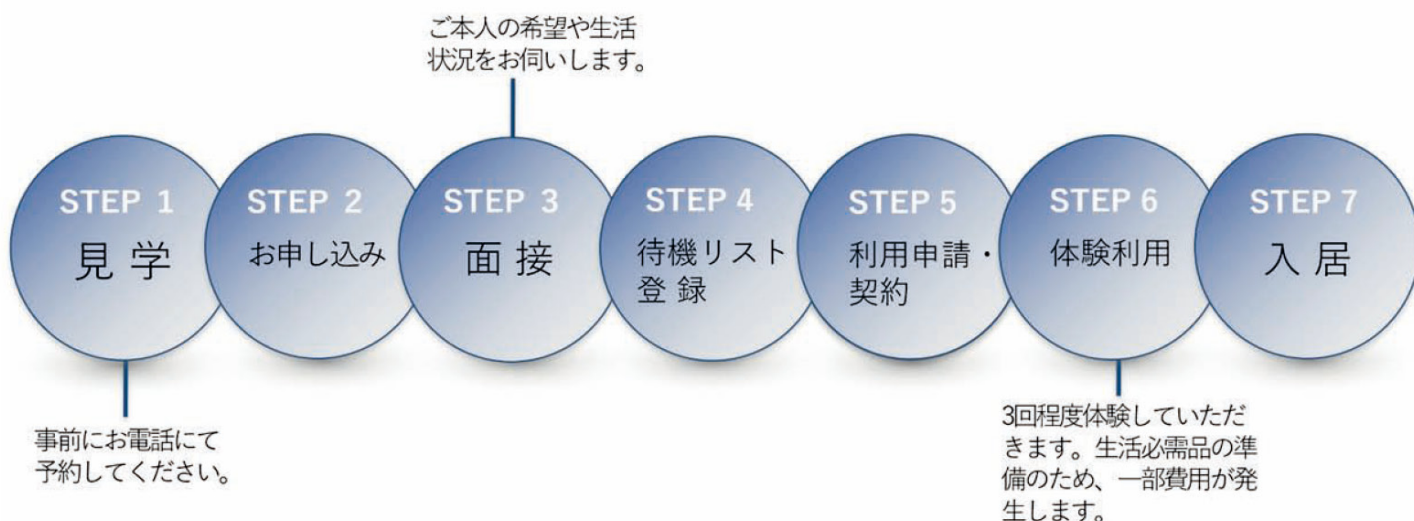
食費、光熱水費、交通費、電話代等の生活費は、自己負担になります。

|                 | 生活保護の方                                                               | 生活保護以外の方           |
|-----------------|----------------------------------------------------------------------|--------------------|
| 敷金<br>(クリーニング代) | 130,000円（入居時）                                                        |                    |
| 家賃（月額）          | 西久保：65,000円<br>みなみ：68,000円                                           |                    |
| 共同生活援助<br>自己負担額 | ご本人の直接負担<br>なし                                                       | 総費用の1割<br>ただし上限額まで |
| 夕食会参加費          | 1回400円                                                               |                    |
| その他費用           | 行事費 3,000円/月<br>※費用は変わることがあります。<br>敷金及びその他の費用は清算後、<br>余剰金があれば返金致します。 |                    |

▶ミューのいえ西久保



## 入居までの流れ



# MEW が住民向けに行っていること

## 市民こころの健康支援事業（武蔵野市受託事業）

対象：武蔵野市在住・在勤の方

様々なメンタルヘルスの不安（病気・子育て・職場・学校等）をお受けする「電話や来所相談」、メンタルヘルスに関する内容で行う「出前講座」、自殺予防を目的とした「講演会（テーマ講座）」を行う事業です。

## 武蔵野市障害者就労支援センターあいる（武蔵野市受託事業）

対象：武蔵野市在住で、障害のある、またはあると思われる方（障害の種別・手帳の有無は問いません）。企業、事業所等への就職を希望する人、またはすでに就職している人。

武蔵野市障害者就労支援事業に基づき、就職相談、就職準備支援、職場定着支援等をハローワーク、福祉施設等と連携を図りながら行っています。障害のある方の社会的、経済的な自立を進めるために、企業への就労をサポートします。

武蔵野市内にある「社会福祉法人武蔵野」「社会福祉法人武蔵野千川福祉会」と共に運営しています。当法人からは、常勤1名、非常勤1名を派遣しています。

## 精神保健福祉啓発事業（武蔵野市受託事業）

対象：どなたでも参加できます（武蔵野市民優先）

精神障害に対する理解を深め、精神障害のある方の社会経済活動への参加が図られるよう、毎年、一般市民を対象とした精神保健福祉講演会を開催しています。講演会は、武蔵野市と市内の精神保健福祉関係団体による実行委員会形式で企画・運営しています。

## MEW 食堂

対象：どなたでも参加できます

MEW食堂は、みんなで一緒にごはんを食べる居場所です。武蔵野市に暮らす人たちで、顔の見える関係づくりを目的に活動しています。



## MEWの理念・目的

MEWは、市民として生まれてから亡くなるまでの生活をトータルに捉えたメンタルヘルスの向上と精神保健福祉の増進を目指すこと及び、精神障害者と、その家族の生活をあらゆる面からサポートすることによって地域全体の健康に貢献することを目的とします。

### MAP



- ★ ワークショップMEW  
☎0422-36-2089
- ★ ライフサポートMEW  
地域活動支援センター  
☎0422-36-3830(相談用)  
指定特定・一般相談支援事業所  
☎0422-27-8577(相談用)  
事務 ☎0422-50-1355  
〒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

### アクセス

JR三鷹駅北口徒歩15分  
三鷹駅北口より関東バス、西武バス  
を利用し、市民文化会館入り口下車  
徒歩2分

### お問い合わせ

#### 本部事務局

〒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  
tel. 0422-38-7661 / fax. 0422-36-3700

E-mail: mew.honbu@gmail.com

URL <http://musashino-mew.com/>



この印刷製品  
は、環境に配慮  
した資材と工場  
で製造されて  
います。  
GREEN PRINTING JPMI  
P-D10010