

＜運営ミーティングのご報告＞

- 緊急事態に備えて、知っておきましょう

[illegible]

- ※緊急入院相談

- ・0570-087-478
(こころといのちのほっとライン)
- ・0570-064-556
(こころの健康相談統一ダイヤル)



☆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

TEL：0422-36-3830（相談用）

0422-50-1355（事務用）

FAX：0422-36-3700

E-mail：life-sapo-mew@kha.biglobe.ne.jp

＜クリスマス・忘年会 幹事募集中です＞

まだ10月で早い感じがしますが、クリスマス・忘年会の幹事を募集します。

なお、幹事の方が集まらないと開催ができないので、みなさん無理のない範囲で
ご協力をお願いします。幹事をやったことのない人も大歓迎です。

応募締切：10月末（電話または来所時に伝えて下さい）

今年のクリスマス・忘年会は**12月24日（土）**を予定しています。

幹事の方と相談し、11月の運営ミーティングで具体的なことが話せたらな
と思っています。

＜間違い電話について＞

武蔵野市民の方から・・・

「サポ宛の電話が、こちらにかかってきて困っている」というご指摘を頂きました。
この方からは、昨年も同じ内容でご指摘をいただき、謝罪とニュースレターでの
注意喚起をして来た経過があります。

このようなご指摘は2回目なので、今後、同じことがあった場合は・・・

サポの電話番号の変更も検討しなければいけないと考えています。

皆さんも気をつけて頂いているとは思いますが、今一度、携帯電話に登録している
電話番号の確認、あわせて、サポに電話をする際は掛け間違いがないよう慎重に
電話をかけるようお願いできればと思います。

どうぞよろしくお願いいたします。

サポの休みや祝日の過ごし方

洗濯、ファミレス、ゲーム、お茶など

公共の銀行、病院などを利用してサポに居る時に

出来無い急ぎでない用事をして過ごしてます。

ペンネーム：T.S

現在、ニュースレター：サポMEWでは皆さんの記事を募集しています。

皆さんは、ライフサポートが休みの日に何をしていますか。例えば・・・

どのようなことをして過しているか？

どのような所へ出かけたりするか？

普段の暮らしや、皆さんの趣味の話などを聞かせてください。

協力いただける方は、ライフサポートへ来た時に記事を書いていただくか、書いた物をお持ちいただけると嬉しいです。字数は「200字～300字」以内をお願いします。

内容は休日の何気ない事で大丈夫です。是非、体験をお聞かせください。（担当：大泉）

モモさんの詩をご紹介 「Break Time」 ひといき つこうよ

止まろう、少しの間 今の心と 身体のままでは 何もかも 失ってしまう
あせったって、しょうがないんだから ちょっぴり留まろうよ！！

止まろう、少しの間 休んだって、大丈夫なんだから
今のままでは、何もかも だめになってしまうんだから
ちょっぴり休憩しようよ！！

止まろう、少しの間 このままでは行き詰まって
とり返しがつかなくなってしまうんだから
本当に大丈夫なんだから しばらく休もうよ！！



*全原文ママ 読後、皆さんの心には何が残りましたか？

2016年8月度事業報告

登録者数変遷			
	新規	退所	総数
8月	1名	4名	103名
利用状況			
開所日数		20日	
来所者数		260名	
相談等件数			
電話		137件	
来所相談		24件	
訪問		4件	
同行		4件	
個別支援会議		0件	
関係機関との連絡調整		20件	
電子メール		0件	
その他		5件	

サボで仕事をさせていただいて一年半になります。サボのスタッフの方々は日々、相談や電話対応など、食事の時間もままならないほどの忙しさです。しかしだももっとも利用者さんとの時間をつくりたいという思いが伝わってきます。これだけの忙しい仕事をする中でさぞやりがいを感じておられることなのでしょうけれど、身体は大丈夫なのかと心配してしまいます。もっとスタッフを増やしてもらえないのかな、大切な場所となっているのに財源の問題なのかなと。週二回しかも午後だけですがサボの仲間入りをさせてもらっていることは幸せです。しかし戦力になれない申し訳なさを感じています。

ペンネーム：H・M

今月のつぶやきさん

計画相談	
新規計画作成	3件
モニタリング	32件
契約者数	176件
地域移行	(継続) 1件
地域定着	(継続) 3件

夕食サービス献立表

お肉系

魚貝系

野菜等、その他

10月4日(火) 620Kcal	10月7日(金) 610Kcal
豚肉のみそ煮込みうどん もやしの卵とじ 小松菜のごま和え デザート	サンマの塩焼き みそ汁 ゴーヤと厚揚げの炒め物 デザート
10月11日(火) 610Kcal	10月14日(金) 620Kcal
鶏肉のハーブ焼き 大豆の煮物 スープ デザート	麻婆ナス豆腐 トマトのサラダ 卵とほうれん草ののり和え みそ汁 デザート
10月18日(火) 620Kcal	10月21日(金) 610Kcal
たらびピカタ ひじき煮 みそ汁 デザート	きゅうりと鶏肉のピリ辛和え きんぴらごぼう みそ汁 デザート
10月25日(火) 620Kcal	10月28日(金) 610Kcal
かぼちゃと牛肉のバターしょうゆ 豆腐のサラダ スープ サラダ	豚肉と玉ねぎのレモンマリネ 切干し大根と干しいたけの煮物 みそ汁 デザート

サボの台所(400円) 一七時半

デザートに何が出るかは、毎回のお楽しみですよ

<申し込み受付>

- ・申し込みは、該当曜日の前日12時～当日15時までです。
- ・電話、またはスタッフにお申し込みください。
- ・当日、15時以降のキャンセルは全額本人負担となります。
- ・予算の都合上、メニューの内容は、一部変更となる場合があります。ご了承ください。
- ・申し込んだ方は、当日の18時30分までに来所してください。

***夕食サービスの定員は、先着12名となります。**