

# 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 式百人食堂 10:00~13:00	2 手芸教室 14:00~16:00 夕食サービス 17:30~	3 	4 運営ミーティング 15:00~16:00	5 夕食サービス 17:30~	6 ★土曜自習室(毎週) 13:00~15:00 麻雀の会 13:00~15:00
7 	8	9 夕食サービス 17:30~	10 	11 茶話会 15:00~16:00	12 夕食サービス 17:30~	13 将棋教室
14 	15 海の日	16 手芸教室 14:00~16:00 夕食サービス 17:30~	17 	18 運営ミーティング 15:00~16:00	19 夕食サービス 17:30~	20 麻雀の会 13:00~15:00 弁護士相談 13:00~16:00 働きたい人のしゃべり場 15:30~16:30
21/28 	22/29	23/30 夕食サービス 17:30~	24 	25 薬剤師さんと話そう 14:00~15:00 茶話会 15:00~16:00	26 夕食サービス 17:30~	27 将棋教室

## 職員

### 夏休みのお知らせ

7~9月のあいだ、職員が交替で夏休みをとらせていただきます。ご迷惑をおかけすることもあるかもしれませんがご理解・ご協力のほどよろしくお願いいたします。



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

**NEW**

## 麻雀の会 始めます！

**第1・第3土曜日 13:00~15:00 小作業室にて**

麻雀の会をついに7月から開催することになりました。麻雀はお話が苦手な方でも、共通の話題がない方同士でも気軽に交流を楽しめるコミュニケーションツールです。興味のある方は奮ってご参加ください。初心者の方にはルールを簡略化して楽しみながら自然に覚えられるようにご指導しますので安心してくださいね。経験者の方にはもう一卓用意しますので思う存分やってみていただきたいと思います。見学して様子をみたいという方も大歓迎です。  
<メンバー藤岡・松本(り)>



## 一泊旅行の行き先決めました。

**今年は青梅に決めました！**

日程：11月18日(月)～19日(火)

※募集開始 10月1日～**申込締切 10月18日(金)**

宿泊先：かんぼの宿 青梅(東京都青梅市)

交通手段：福祉バス 費用：1万円くらい

<幹事：メンバー小倉・松沢・三宅>

- 近いので移動に時間がかからない
- 川でBBQが出来る
- 赤塚不二夫記念館など



\*当日のスケジュールなど幹事で検討中。  
詳細が決まり次第お知らせします。



# 6月の運営ミーティング 報告



## 【報告】

1. 7～9月職員が交代で夏休みをとります。
2. 「当事者主動サービスで学ぶピアサポート」読書・学習会（下記参照）
3. 運営ミーティング時の小作業室利用について  
ワークショップMEWの作業で使用するため、定期的な利用はできません。  
休みたいときは他の場所を利用するか、ご相談ください。
4. オリンピック申込み結果は、残念ながら全員落選。  
武蔵野市の聖火ランナーを見に行くのも良いかも。
5. 洗濯機の利用について  
土曜日の使用に加えて、木曜日の10時～16時まで可能になりました。

## 【決定事項】

1. 一泊旅行先：青梅に決定（一面参照）  
（候補地として、群馬と山梨も出たが、多数決で青梅に決定）
2. フリースペースでTVを見る際にもめた時どうするか？
  - ・事前に了解をとろう
  - ・言い方の問題もある、配慮のある言い方をしよう
  - ・お互いに話し合って決めよう
3. 次回7/4の運営ミーティングの議題  
無料Wifiについて



## ピアサポートについて学ぶ読書・学習会のご案内

『当事者主動サービスで学ぶピアサポート』と言う本の読み合わせをしてその「感想や評価そして実際に使えるかどうかなどを話し合う場」を持ちませんか？ この本は米国厚生労働省・精神障害部局が作ったプログラムを日本の制度や現状に合わせて翻訳・加筆・編集したものでピアサポートについて体系的に学べるようになっていきます。精神の分野だけではなく様々な種類のピアサポートの会がこの本の内容を学んでいます。フリースペースに置いておきますので興味のある方は見てみてください。3人以上の参加希望者がいれば月1回のペースで学習・討論会を開こうと思っています。（期間は1年で終わるつもりです、本は都度コピーして事前に渡します）

関口明彦より



# 2019年 5月度 事業報告

## スタッフより一言

登録者数変遷			
5月	新規	退所	総数
	1名	0名	120名
利用状況			
開所日数	19日		
来所者数	343名		
相談等件数			
電話	240件		
来所相談	42件		
訪問	7件		
同行	8件		
個別支援会議	10件		
関係機関との連絡調整	101件		
電子メール	48件		
その他	3件		

梅雨があけたらスーパーカブでまたソロツーリングキャンプに行きたい。保冷リュックも買ったので楽しみだ。精神障害関係の運動は徐々に若手に任せるようにしている。一応法案対応等やるべき事は出来ているので安心だ（興味のある人はニュースがファイルしてあります）。ただ人手不足は相変わらずなので出来る範囲で手伝ってはいる。皆さんも趣味や目的を持って生活をして人生に充実した楽しい思い出を作ってください。（関口）

計画相談	
新規計画作成	3件
モニタリング	23件
契約者数	182件
地域移行	（継続）4件
地域定着	（継続）7件

## 夕食サービス献立表

お肉系

魚貝系

野菜等、その他

7月2日（火）660cal	7月5日（金）630Kcal
たまねぎと鶏肉の南蛮炒め スープ デザート	ゴーヤチャンプル みそ汁 デザート
7月9日（火）620Kcal	7月12日（金）660Kcal
あさりとアスパラの混ぜご飯 にらたま すまし汁 デザート	根菜たっぷりつくね スープ デザート
7月16日（火）650Kcal	7月19日（金）630Kcal
きゅうりの甘酢漬と豚肉の 炒め物 スープ デザート	魚の甘辛煮 みそ汁 デザート
7月23日（火）650Kcal	7月26日（金）660Kcal
鶏のすき煮風 みそ汁 デザート	ピリ辛そぼろ丼 高野豆腐の煮物 みそ汁 デザート
7月30日（火）630Kcal	
魚のフライ すまし汁 デザート	



サボの台所（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:  
該当する曜日の前日 12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。