

## 精神保健福祉講演会のお知らせ

- テーマ：こころの健康と生活習慣 ～食事、運動、睡眠との関連を探る～
- 講師：功刀 浩（くぬぎ ひろし）〔帝京大学医学部精神神経科学講座・主任教授〕
- 日時：2026年1月24日 14:00～16:00（開場13:30）
- 会場：武蔵野商工会館4階ゼロワンホール ■入場料：無料
- 定員：90名要事前申込み（武蔵野市民優先）
- 申込締切：1月22日
- 動画配信：2026年2月20日～3月31日 申込み不要



こちらからお申込み→



[www.musashino-mew.com/page-1673](http://www.musashino-mew.com/page-1673)



## 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、本部事務局までご連絡ください。
- 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。

### 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：https://www.musashino-mew.com/

**MEW公式SNS更新中！**

ホームページよりご覧いただけます



NPO MEW



@MEW\_\_musashino

武蔵野市 MEW

検索

## お問い合わせ

ワークショップMEW

TEL：0422-36-2089

（就労継続支援B型、就労定着支援）

〒180-0006 武蔵野市中町3-4-9ディアハイム武蔵野1階

ライフサポートMEW

（地域活動支援センター）

TEL：0422-36-3830

（指定特定・一般相談支援事業）

TEL：0422-27-8577

〒180-0006 武蔵野市中町3-4-9ディアハイム武蔵野1階

ミューのいえ

（共同生活援助）  
（自立生活援助）

みなみユニット

TEL：0422-55-5969

西久保ユニット

TEL：0422-38-8155

発行人：障害者団体定期刊行物協会定価五〇円（会費に含まれる）

編集人：特定非営利活動法人ミュー

東京都武蔵野市中町3-4-9

ディアハイム武蔵野1階

0422(38)7661

SSKP

ミュー

# MEW 通信 <134号>



## 特集：ドライブレクリエーション in 八景島

ドライブレクリエーションとは、武蔵野市民社会福祉協議会や個人タクシー協同組合武三支部、ボランティアの皆様のご協力を頂き、タクシーに乗って近隣の観光スポットに行くイベントです。今年は、11月10日に横浜南部市場と八景島シーパラダイスへ行ってきました。MEWメンバー19名、ドライバー18名、ボランティア10名、市民社協職員2名、MEW職員6名の総勢55名が、タクシー等17台に分かれて乗車しました。

まずは、横浜南部市場で腹ごしらえ。市場内には、海鮮丼や定食、麺類等いくつかの食事を楽しめる店舗が入っているため、それぞれ好みのお店で食事を楽しみ、デザートのソフトクリームを食べる方や、お土産を買う方もいました。お腹も満たされ、続いて八景島シーパラダイスに向かいました。天候が少し怪しくなった時間もありましたが（この時東京は、強い雨が降っていたと後から聞きました）、概ね天候にも恵まれ、外のプールで気持ちよさそうに泳いでいるイルカや、水族館で白くまやペンギン等、様々な海の生き物を鑑賞することができました。もっと時間が欲しかった、足りなかったと話している方もいました。

大きなトラブルもなく、今年も無事にドライブレクリエーションを終えることができました。この行事は、社会福祉協議会を始め、ドライバーやボランティアの皆様のご協力がないと実現しません。この場を借りて改めて感謝申し上げます。毎年楽しみにしているメンバーもいるため、引き続き継続できるよう努めてまいりたいと思います。

ドライブレクリエーション担当：山本



## イベント参加報告♪

10月18日に【第23回武蔵野あったかまつり】に出店しました。甘酒やコーヒー、紅茶の他、ワークショップMEWのお菓子の販売を行いました。今年は初めて冷たい甘酒も提供したところ大好評で、お菓子も無事、完売できました！多くの事業所が参加し、地域の方も大勢いらして、広くMEWを知っていただく貴重な機会となりました。

また11月8日には、①慈雲堂病院の【健康フェスタ】と、②井之頭病院で開催された【井之頭文化祭】に参加しました。【健康フェスタ】ではお菓子の販売を行い大好評でした。

【井之頭文化祭】では自主製品の販売を行い、アクリルたわしやメモ帳、フェルトボールを使ったクリスマスツリーの他、新商品の麻雀牌マグネットとブローチを販売しました。



これがなかなかの好評で、マグネットは早いうちに完売となりました！多くの患者様や地域の方々に楽しみながらしっかり宣伝できました♪

～慈雲堂病院【健康フェスタ】～  
 入口近くのところをご提供いただき、お菓子が見事完売でした♪

## 精神保健福祉講座の開催について

昨年、次年度取り組みたいことを運営ミーティングで募ったところ、一番関心が高かったのが「終活勉強会」でした。それを受けて今年度の精神保健福祉講座は「安心して老後を過ごすために」をテーマに開催することとなりました。

自分や身近な人が年齢を重ねる中で誰もが事前に知っておいた方が良く、よくあるお困りごとや、なんとかするための方法について学びます。

「安心して老後を過ごすために」

日時：令和8年1月17日 13:30～15:00（開場13:00）

場所：ライフサポートMEW

講師：飯野 雄治（いいの ゆうじ）

精神障害を経験しながらも充実した生活を自ら築くための

「リカバリーの学校 調布校」をはじめとし、さまざまな活動を主宰

申込先：ライフサポートMEW ☎0422-36-3830

申込期間：1月5日9:30～1月16日19:00

## ワークショップMEW

## ライフサポートMEW

**安心して老後を過ごすために**  
 ちょっと準備を始めませんか？

生命や財産も人それぞれ大切にしたい。二まのりのことと関係し、不安を感じることもあるのでは？ 親の老後についてお話を聞いて、多くのお困りごとについて一緒に考えてみましょう。

**精神保健福祉講座**

日時	令和8年1月17日（土）
時間	午後1時30分～午後3時（開場 午後1時）
場所	ライフサポートMEW 武蔵野市立1号館1階1号館2階
定員	30名
参加費	無料
申込先	ライフサポートMEW TEL: 0422-36-3830
申込期間	1月5日（月）9時30分～1月16日（金）19時まで

講師 飯野雄治（リカバリーの学校 調布校）  
 精神障害を経験しながらも充実した生活を築くための、リカバリーの学校 調布校、をはじめとし、様々な活動を主宰。近年、東京や他県や海外遠征での出張も実施。月次定例会議も開催。運営には「リカバリーの学校の調布校」、「当事者グループ」による「サポート」など、関係する者の関与が継続している。

申込：福祉のまちづくりセンター ライフサポートMEW

※武蔵野市民対象

## 映画会とお茶会

西久保ユニットでは、10月25日に吉祥寺オデオンへ映画『国宝』を観に行きました。持ち寄ったお菓子をみんなで交換してつまみつつ、映画に集中。上映後の感想は「長いな～と思ったけど、面白かった！」「主題歌を自分の好きな作曲家が担当していた。」と思い思いに楽しまれた様子でした。「また次回も参加したい。」との声もあり、開催できたら良いなと思いました。

みなみユニットでは、12月1日の夕方に、メンバーからの要望で初のお茶会をしました。メンバー4名、世話人3名が参加しました。ミューのいえでの生活について、日々の楽しみや"推し"について話題となり、話がはずみました。「気軽な場で皆さんと顔を合わせることができ、話を聞けてよかった。」などの声が聴かれました。



お茶会もいいね♪



## オープンMEW開催

昨年度に引き続き今年度も11月19日にオープンMEWを開催いたしました。MEWの長期計画の重点項目「地域交流、地域に根差した法人運営」の一環として行っております。日頃からお付き合いのある関係機関でもなかなかMEWの全体像や利用の仕方を知っていただく機会がないため、地域の支援関係機関にご案内させていただきました。

当日はスタッフのほか、有志のメンバーにも協力してもらい、事業の説明やどのように利用しているか話してもらいました。「実際に長年通われている方にお話が聞けて良かった。」「関わっている利用者様につながれたら」、「みなさんが作業している様子やお店の雰囲気、事業内容について詳しく知ることができてよかった。」と感想をいただき、皆様にご満足いただけたようでした。

今後もこのような機会を通して顔の見える関係を築き、より良い支援につなげていければと思っています。

## ご報告

**令和7年度 オープンMEW**

日頃より、NPO法人ミューの活動への理解とご協力を賜り、誠にありがとうございます。

さて、昨年度に好評を博した見学会ですが、当法人の活動について、広く関係者の皆様にお伝えしたく、今年度も見学会を開催いたします。ご多用中には存じますが、是非ご参加くださいますようお願い申し上げます。

【日時】2025年11月19日（水）  
 ① 13:00～／②14:00～／③15:00～  
 【場所】ディアハイム武蔵野1階 NPO法人ミュー  
 【お申込み】※右記、QRコードよりお申込みください。  
 担当：ワークショップMEW（清水）  
 TEL: 0422-36-2089