

カレーの会・ランチ会 12:00/12:30



200円

[カレー]10月7日(月) 申し込み: 9月30日(月)~

森のきのこカレー

にぎやかにきのこがたっぷり入ったカレーです。😊

300円

[ランチ]10月21日(月) 申し込み: 10月15日(火)~

すき焼き風肉豆腐

牛肉の旨味を存分にお楽しみに(((o(*^▽^*)o)))



9月2日(月)のランチ会は
「なすのキーマカレー&具沢山スープ
いろいろなお野菜を使った副菜」でした。(写真左)
美味しさのあまり皆さんペロリとたいらげました♥

夕食サービス献立表 ※予約制 12名



10月4日(金) 申し込み:9月28日(土)~	
① 混ぜご飯 ② 魚 ③ キャベツの漬物 ④ みそ汁	秋の味覚きのこ類が入った 混ぜご飯ですよー!
10月11日(金)申し込み:10月5日(土)~	
① ご飯 ② 肉じゃが ③ 青菜としめじのおひたし ④ みそ汁	☆ザ・和食☆
10月18日(金)申し込み:10月12日(土)~	
① ご飯 ② 鶏の唐揚げ ③ キャベツ ④ ピーマンとこんぶの和え物 ⑤ みそ汁	大人気メニュー 「鶏のから揚げ」 お楽しみに♪♪
10月25日(金)申し込み:10月19日(土)~	
① ご飯 ② ハンバーグ ③ フロッコリーサラダ ④ 厚揚げの煮物 ⑤ みそ汁	9月のリベンジ! 人気のハンバーグ お楽しみに!!

サポの会所(400円)一七時半~

【申込方法】

- ・申込受付は、前週の土曜日9:30
~当日の14時までTEL、
またはスタッフに直接お申し込み
ください。
- ・当日 14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15分頃には来所
してください。



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



今年も開催します！

松茸の会！！



松茸ごはん&芋煮会

日時：10月26日(土)12:00~/12:30~ (2部制)

場所：ライフサポートMEW 費用：300円

※参加希望者は10/19(土)までにスタッフまでお申し込みください

MEW 文化祭2024



日程：10月5日(土)~10月8日(火)

場所：武蔵野市西久保1丁目6-20

ギャラリーカフェ

ジェナス クリエイション

・作品展示

全日 11:00~18:00 (最終日は13:00まで)

・朗読劇 (前2回公演)

10月5日(土) 16:30開場、17:00開演

10月6日(日) 15:00開場、15:30開演

・モノづくりワークショップ

10月6日(日) 13:00~15:00 (会場2階)

※ライフサポートMEWは10月6日(日)11:00~18:00に開所し、フリースペースを開放します。

休日のためスタッフが少ないこともあり、電話相談や来所相談はお控えくださいますようお願い申し上げます。

ぜひ文化祭会場に足を運んでいただき、お楽しみいただければ嬉しいです!!

【第50回 ドライブレクリエーション in 秩父】



武蔵野市民社会福祉協議会主催、東京都個人タクシー協同組合の武三支部のみなさまとボランティアの方々のご協力で毎年恒例になったドライブレクリエーションも今年で50回を迎えます。タクシーでドライブをしながらのレクリエーション!! 秋の秩父の自然をいっしょにたのしみませんか??

タクシーに乗って出掛けよう!



ドライブレクリエーション

in 小松沢レジャー農園(秩父) 参加者募集!

令和6年11月11日(月) 8:30~17:00 (雨天決行)

ドライブレクリエーションとは……



▼個人タクシー協同組合武三支部さんのご協力をいただいて毎年おこなっている、ボランティアさんと一緒にタクシーに乗ってレクリエーションを行うプログラムです。

▼当日は、ドライバーボランティアさんと期になって、瓶ごとに、タクシー乗車・昼食・自由行動をしていただきますので、あらかじめご了承ください。

★参加費：2,000円(交通費、昼食代)

*自由行動時の飲食、お土産等にかかるお金は各自をお願いします。

*現在、社協の会員である方のみ1500円で参加できます。

★持ち物：参加費、常備薬、お土産代

★参加ご希望のかたは、各所担当職員まで申し出ください。

・ライフサポートMEW：森・合原

・ミューのいえ：山路

・ワークショップMEW：山本

※申込締切
10/21(月)

【スケジュール】

8:30 市役所集合

8:45 出発式

9:00 出発

11:30 「小松沢レジャー農園」到着 *到着順にしいたけ狩り

12:00 「昼食はバーベキュー」*昼食後はくじ引き大会

13:30 「小松沢レジャー農園」出発

13:40 「道の駅あしがくぼ」到着

14:30 「道の駅あしがくぼ」出発

17:00 市役所到着→解散



【2024将棋交流戦】報告

9月14日(土)MEWにコットのメンバーさんが来所し、MEW11名、コット3名、見学5名で交流戦が行われました。

一局、一局が真剣勝負!!

白熱した勝負が繰り広げられていました。

次回は11月14日(木)15:30~17:00

コットにて行われます。是非ご参加ください。



【MEW 農園】報告

MEW 農園は9月から毎週木曜日10時~畑作業をしています。

9月に入り、キャベツ・ブロッコリー・白菜・芽キャベツ・ほうれん草・大根

を植えました。植えた苗の成長を感じながら畑作業をご一緒しませんか?!

今から収穫の時が楽しみです。



【お知らせ】

この度、スタッフの高橋清子さん・柳瀬由美子さんは9月末日に退職し、今後ボランティアとしてMEWの活動に関わり続けてくださることになりました。また、土曜日勤務の柄田真里子さんは10月5日までライフサポートMEW所属、以降はミューのいえに異動します。驚かせてしまったかもしれませんが、これからは見えなくなるわけではありません。数えきれないほどのたくさんの感謝と共に、これからはよろしくお祈りいたします。

【飛翔の会】10月18日(金)16:00~17:00(10月のみ諸事情により第2金曜日から第3金曜日に変更)

ピアとして、当事者としての活動はとても幅が広いです。その一つであるピアスタッフとはどこでどんな活動をしているのかなど、一緒に学んでみませんか？講師はサポのピアスタッフ関口さんです！

「ピアスタッフの立ち位置とピアの意味」について、一緒に考えてみませんか？お気軽にご参加ください。

そして11月は他自治体で活躍しているピアスタッフに出会う機会を作ります！お2人のピアスタッフをゲストにリアルな仕事の内容などを聞いてみませんか？？詳細は次号をおたのしみに！！

★たすきがけプロジェクトのご案内★

精神障害当事者がピアとして活動したいと思っても、なかなか雇用の受け皿が少ないことが現状の課題です。この度、その課題を複数の自治体の事業所と協働して解決していこうという取り組みがはじまりました。まだ試験的ではありますが、興味関心のある方は9/30以降、ライフサポート MEW へお問い合わせ下さい。10月末に「たすきがけプロジェクト合同説明会」を開催する予定です。所内ポスター掲示予定です。ぜひチェックしてみてくださいね！

👤【メンバー企画】グループワーク

今回は10月12日(土)13:00~14:00です。
はじめての方も続けての方も気軽にご参加ください。

2024年8月度 事業報告 (地域活動支援センター)

登録者数変遷			
8月	新規	退所	総数
	1名	1名	145名
利用状況			
開所日数	22日		
来所者数	323名		
相談等件数			
電話	189件		
来所相談	32件		
訪問	4件		
同行	4件		
個別支援会議	1件		
関係機関との連絡調整	15件		
電子メール	4件		
その他	4件		

スタッフより一言

今年5月に成立した民法改正で精神疾患を法定離婚原因から削除することになったというニュースが耳に入りました。以前よりなぜ？どうして精神疾患だけ？という違和感があり続けていたこの法律、このニュースは、ようやく変化の兆しが見えるかもしれないと思える出来事でした。

社会が変わっていくために活動しているたくさんの人たちへの敬意と、私自身ソーシャルワーカーとしてあり方を省みてのつぶやきでした。

(しがな一人のソーシャルワーカーより)

平均年齢	52.9	最高齢	75	最年少	22
------	------	-----	----	-----	----

★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)

運営ミーティングの報告

【報告】

- ① 柳瀬さん・高橋(清)さん9月末で退職
- ② MEW文化祭作品運搬・当日の担当募集
- ③ あったかまつり:10/19(土)10:00~14:00
- ④ 松茸の会:10/26(土)12:00~/12:30~
- ⑤ 飛翔の会:10月は第3金曜日へ変更(10/18)
- ⑥ あいる生活講座「ホームサバイバルのすすめ」
:9/21(土)14:30~@武蔵野プレイス4Fフォーラム
- ⑦ 駐輪場の使い方について

【議題】

- ① MEW文化祭打ち上げ:10/10(木)ランチの予定