

カレーの会・ランチ会 12:00/12:30



300円

【カレー】11月18日(月) 申し込み: 11月11日(月)~

きのこ入り
ハヤシライス

きのこが入ったハヤシライスです。😊
メンバーからリクエストのあったメニューです♥
お楽しみに♪



10月7日(月)のランチ会は

「森のきのこカレー&わかめスープ

紫キャベツとエビの生春巻き」でした。(写真左)

さっぱりしたサラダ感覚の生春巻きが人気でした☆☆☆



夕食サービス献立表

※予約制 12名



11月1日(金) 申し込み: 10月26日(土)~	
① いもご飯 ② おでん ③ 浅漬け ④ みそ汁	おでんの具材は何が入るかな?
11月8日(金) 申し込み: 11月2日(土)~	
① 中華丼 ② 青菜としめじの和え物 ③ わかめの酢の物 ④ スープ	具材たっぷり、ボリューム満点!!
11月15日(金) 申し込み: 11月9日(土)~	
① 煮込みうどん ② ナスの煮物 ③ ちくわの和え物	ぐつぐつ煮込んで、アツアツのおうどん♪ 楽しみですね!!
11月22日(金) 申し込み: 11月16日(土)~	
① ご飯 ② 肉豆腐 ③ ピーマンと塩昆布 ④ かぼちゃの煮物 ⑤ みそ汁	あったかおかず★ 甘辛煮込みで ご飯がすすみますね!!
11月29日(金) 申し込み: 11月22日(金)~	
① ご飯 ② さかな ③ 人参とえのきの和え物 ④ さつまい ⑤ みそ汁	さつまいはどんな風に調理されるのかな?

サポの会所(400円)17時半~

【申込方法】

- ・申込受付は、前週の土曜日9:30~当日の14時までに 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-mail : life-sapo-mew@kha.biglobe.ne.jp



[2024将棋交流戦]第2弾 IN コット開催!!

9月はライフサポート MEW にて久方ぶりに開催できた地域活動支援センターコットとの将棋交流戦。

とても盛大でしたね!第2弾はコットに出向いての交流戦です。互いの健闘をたたえ合えるような交流ができるの良いですね。楽しみですね♪

初心者から強豪までどなたでも是非ご参加ください。



日時:11月14日(木)15:30~17:00

場所:地域活動支援センターコット

(武蔵境駅から徒歩10分ほど)

申込み:事前予約制

申込み先:ライフサポート MEW

TEL:0422-36-3830

[第2回 ピア勉強会 presented by 飛翔の会]

第1回はライフサポート MEW で長年勤務している関口明彦さんに「ピアスタッフの立ち位置とピアの意味」についてお話しいただき、メンバーもスタッフも共に学びました。

第2回は、実際に他自治体にてピアとして働いているゲストを招いてのリアルな声を聞いてみたいと思います。

「ピアとして働くリアルな声」と題して、地域活動支援センターふれあい(渋谷区)勤務の清田智也さん、地域生活支援センターせせらぎ(中野区)勤務の斎藤俊生さんをお招きします。ピアスタッフになられた経緯や日々の実践についてお話いただく予定です。気になることがあればドンドン聞いてみては……。ご関心のある方はどなたでも、お気軽にぜひお越しください。

(※11月第2週の飛翔の会は上記ピア勉強会実施のためお休みです)

日時:11月30日(土)

13:30~15:30

場所:ワークショップ MEW 作業室

(ディアハイム武蔵野)

対象者:NPO 法人ミューのメンバー

および市内関係機関

申込み:事前予約制

申込み先:ライフサポート MEW

TEL:0422-36-3830



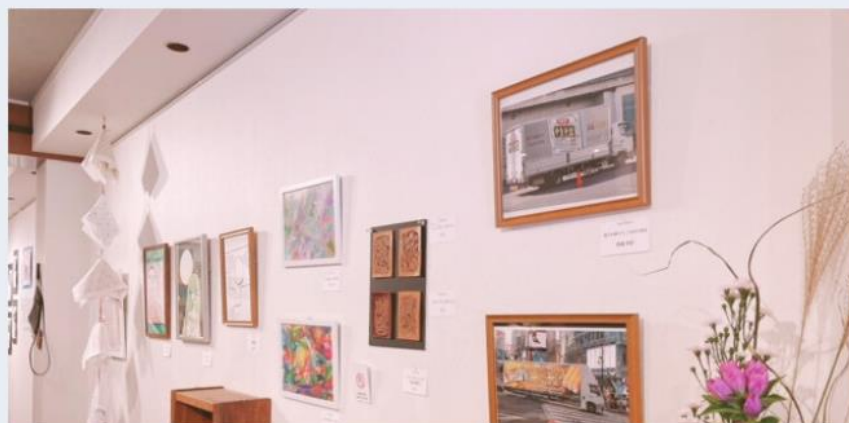
MEW 文化祭2024

10月に4日間開催した文化祭の延べ来場者数は130人を越え、大盛況のうちに終わることができました。ご来場者はMEWのメンバー、ご家族や友人、MEWで活躍しているボランティアさん、近隣の関連施設のスタッフ、地域の方など、日頃からMEWを支えてくださっている方やMEWの活動に興味を持たれた皆さんのご来場に感謝・感激でした!!



文化祭に参加したメンバーの声

- ・会場の雰囲気・空間が良かった
- ・毎日文化祭をやりたいほど楽しかった♪
- ・フリースペースで会えてないメンバーの作品を鑑賞したりコメントをもらったりが嬉しかった
- ・朗読劇の程よい緊張感は年に1回ぐらいならいい!!
- ・素敵な作品をたくさん見られたのが良かった



MEW文化祭 2024

@ジェーナス
クリエイション

魅了した作品たち



【クリスマス会2024】



日時：12月21日（土）実施予定

これからまた、運営ミーティングなどで皆さんと相談しながら、何したい？どうしたい？を相談して決めていきたいと思えます♪どんなことでもアイデアお待ちしています。

みんなで楽しめる日にできたら素敵ですね。



👤【メンバー企画】グループワーク

日時：11月9日（土）13:00～14:00

場所：サポフリースペース

今回のテーマはみんなで話し合い、

前半「なぞかけの仕組みをとく」 **後半**「YouTube で好きな音楽と一緒に聴く」になりました。

なぞかけとは…例：①「ギター」とかけて文字変換ととく。その心は②「奏でる（仮名でる）」上手いっ!!
最初に①に関連するものを連想し、次に②その心を決めるのがコツです。

今回のなぞかけのお題は「笑顔、モンブラン、MEW」です。難しいなという方は見学も可。

なぞかけの後のはのんびり YouTube で好きな音楽を聴きます。みんなで一緒にたのしんでみませんか？

2024年9月度 事業報告（地域活動支援センター）

スタッフよ一言

「日本の障がい者の福祉制度は

世界と比較して遅れていないか！」

各国によっては障がい者の考え方や、障がい者福祉のあり方が違います。日本の障がい者福祉の考え方や制度が遅れていると言われてます。ノーマライゼーションを世界で始めて唱えたデンマークの制度を見ていきたいと思えます。週の労働時間は37時間で、週に20時間しか働けない障がい者がいても、20時間分の給与は企業が支払い、残りの17時間は自治体が出すことになっています。日本でもこのよう制度があったらどんなに障がい者の就労環境が改善されるかと思えます。

小原 光文

登録者数変遷

9月	新規	退所	総数
	1名	0名	146名
利用状況			
開所日数	19日		
来所者数	303名		
相談等件数			
電話	208件		
来所相談	47件		
訪問	2件		
同行	3件		
個別支援会議	0件		
関係機関との連絡調整	8件		
電子メール	2件		
その他	3件		

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 MEW 農園開催日程追加連絡：10月の最終週のみ10/29（火）・10/31（木）の2回あります。
- ② 11/10（日）東部フェスティバル
- ③ 11/14（木）15:30～将棋交流戦@コット
- ④ 11/27（水）13:00～16:00 第2回オープンMEW
- ⑤ 11/30（土）13:30～ピア勉強会 by 飛翔の会

【議題】

- ① 今年度のクリスマス会どうしますか？
- ② 日帰り旅行：3/21（金）江の島・北鎌倉予定