

ライフサポートMEWの事業について

・・・・・

武藏野市地域包括ケア研究会
令和7年11月13日

Musashino Enjoyable Workshop

理念

市民として生まれてから亡くなるまでの生活をトータルに捉えたメンタルヘルスの向上と精神保健福祉の増進を目指すこと及び、精神障害者と、その家族の生活をあらゆる面からサポートすることによって地域全体の健康に貢献すること。

【障害福祉サービス】

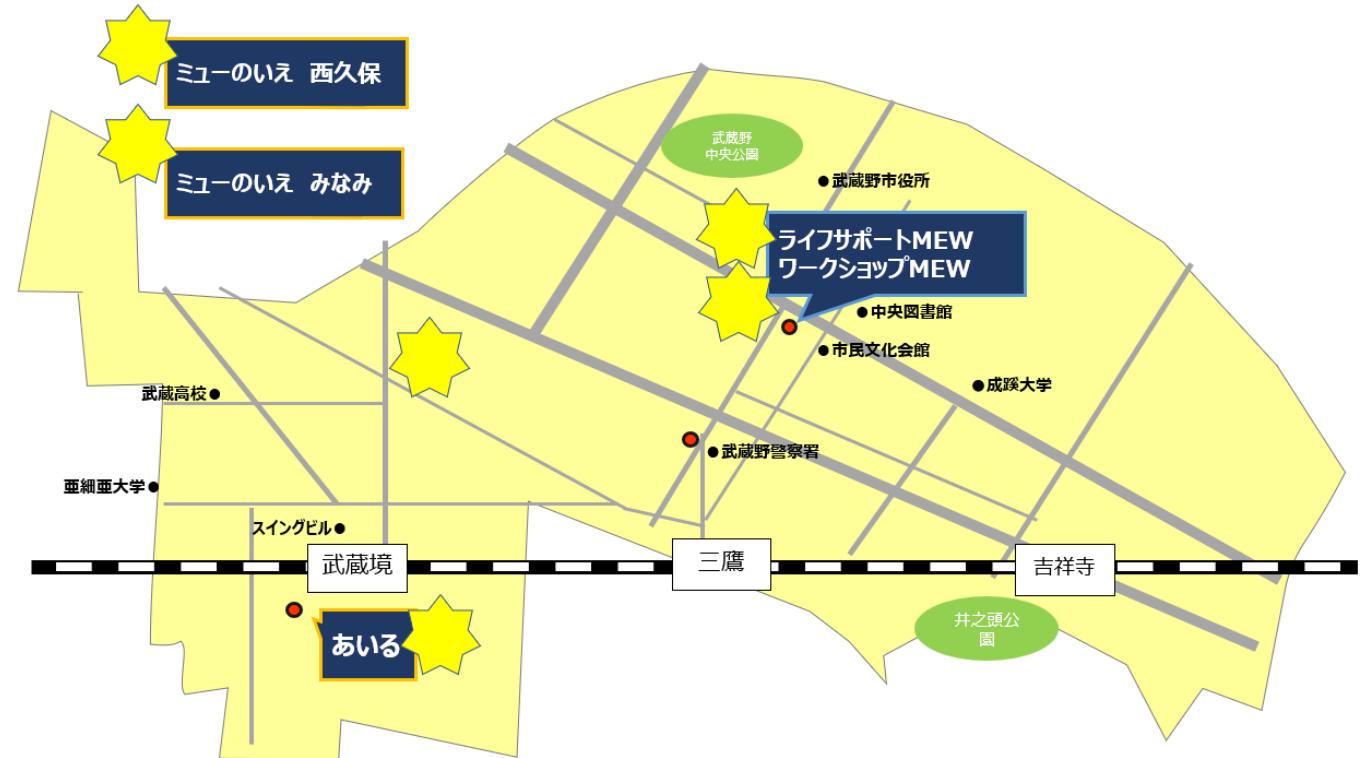
- ・ワークショップMEW
- ・ライフサポートMEW
- ・ミューのいえ

【委託事業】

- ・市民こころの健康支援事業
- ・武蔵野市障害者就労支援センターあいる
- ・精神保健福祉啓発事業

【その他】

- ・MEW食堂



ライフサポートMEW

精神障害者地域活動支援センター事業／精神障害者相談支援事業

対象者：武蔵野市内に住む精神障害の方

開所時間：月火土 9:30～18:00 木10:00～17:00 金9:30～19:00
(水日祝お休み)

指定特定相談支援事業（計画相談）

指定一般相談支援事業（地域移行／地域定着）

対象者：武蔵野市内に住む精神障害の方

開所時間：月～金10:00～16:30
(土日祝お休み)



ライフサポートMEW（地域活動支援センター）

一人ひとりが抱えるさまざまな生活の課題…

【日常生活の支援】

住み慣れた地域で安心して自分らしく暮らせるよう手伝います。

- ・訪問による支援
- ・同行支援
- ・生活情報の提供
- ・講座の開催
(精神保健福祉講座、生活講座、ゲストを招いてコーヒートーク)
※一般市民も対象としています

【相談】

将来の希望や、さまざまな不安全感について相談に応じています。

- ・電話、面接による相談
- ・個別支援会議



【交流】

日中、安心して過ごせる場、仲間と交流する場の一つとして、気軽に立ち寄れるスペースを提供しています。

- ・フリースペースの提供
- ・プログラムの実施
- ・自主的活動のサポート
- ・食事サービス（ランチ・夕食）
- ・ピア活動
ピアとは…同じ立場にある仲間
ピアサポートとは…同じ立場・同じ課題に直面している仲間同士の支え合い
- ・地域との交流 ボランティア等

地域活動支援センター「ライフサポートMEW」 利用状況

年齢構成	
20代以下	4名
30代	14名
40代	35名
50代	53名
60代以上	47名
登録者計	153名
平均	52.7才

男女比	
男性	72名
女性	81名

令和7年10月末時点

延べ
来所者数
1659名

支援方法	
訪問	14
来所相談	297
同行	14
電話相談	1119
メール	33
オンライン	0
個別支援会議	7
関係機関	136
その他	6

支援内容	
福祉サービス利用	325件
障害・病状理解	94件
健康・医療	155件
不安解消・情緒安定	486件
家族・人間関係	112件
家計・経済	40件
生活技術	70件
就労	64件
社会参加・余暇活動	69件
権利擁護	20件
その他	238件

令和7年4～9月

《スタッフ》

常勤3名、非常勤数名

資格：精神保健福祉士・社会福祉士・看護師・公認心理師・相談支援専門員・
ピアスタッフ（東京都ピササポーター研修受講修了者）

地域活動支援センター（創作活動、生産活動、交流促進の活動）



2023年～(年一回)
作品展示・朗読劇・
作品作り体験



農作業



クリスマス会
季節のイベント
(利用者が主体的に
企画し活動)

毎月 発行



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ティアハイム武蔵野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

よろしければ
当法人ホームページにも
掲載しておりますので
ご覧ください



【ご報告】日帰り旅行

9月30日、待ちに待った日帰り旅行(豊洲市場、チームラボ フラネット豊洲)に15名で行きました! 秋晴れの中、笑顔いっぱいの一日となりました。豊洲市場ではグルーブごとに分かれ、とんかつ・海鮮丼・うどんなどを堪能。屋上では海をバックに記念写真もパチリ! 屋上芝生の上でゴロリ! チームラボ フラネット豊洲では幻想的な光のアートを体験しました。「今回の機会がなければ行けないとこに行けて良かった!」「普段食べるイカより美味しいかった!」「チームラボが面白かった!」と、参加者の皆さんから感想が聞かれました。来年はどこに行きたいですか?



【ご報告】「なごみ猫」作りました!

10月4日(土)ものづくり企画では「なごみ猫」を作成しました。参加者の皆さんのがんばり、表情も色合いも一匹一匹個性的な猫たちが誕生しました。そして、文化祭ワークショップ企画で作成した可愛らしい猫たちが追加され、来場者の目を楽しませていました。



【ご報告】MEW 文化祭2025

テーマ「和×輪」



10月18日(土)から21日(火)までの4日間、ジュースグリエイションにて文化祭が開催されました! 今年も多くの方にご来場いただき、ありがとうございました。さまざまな文化祭企画にご協力くださいました皆さま、本当にお疲れ様でした。

【参加者の声】

毎日文化祭がやりたい!!

参加できて本当に良かった

たくさんの素敵な作品に魅了されました。

朗読劇では、とっても情緒豊かで泣きそうでした。

カレーの会・ランチ会 12:00/12:30 予約制 12名

300円

サプライズランチ会★

【ランチ】11月17日(月) 申し込み: 11月10日(月)~

※今回のランチ会は、魚料理を予定しておりますが、仕入れの状況により内容が変更となる場合がございます。当日いちばん美味しい素材を使った肉料理になることもあります。どちらになるか当日のお楽しみ!是非、ご期待ください。

ランチ会報告

10月6日(月)のカレーの会は「豆とチキンのカレー・キャロトラベ・手作りキッシュの0ちゃん・とうがんの煮物・えのきとチキン丼のスープ」でした。カレーが本当に美味しいくて、ついついまたいただきました。



夕食サービス献立表 ※予約制 12名

11月 7日(金) 申し込み: 11月 1日(土)~

- ① カニまだん(あんかけ)
- ② スープ
- ③ 小松菜と人参
- ④ サラダ

ふんわり卵にカニの旨味エキスをとじこめた特徴あんをたっぷりとかけた「カニたまご」! お味も濃厚で美味しいね。

11月 14日(金) 申し込み: 11月 8日(土)~

- ① 混ぜご飯
- ② 小松菜と人参とえのきの和え物
- ③ みぞ汁
- ④ 大根サラダ

具材の旨味をぎゅっと詰め込んだ「混ぜご飯」! 一口ごとにほっとする美味しいをお味しくください。

11月 21日(金) 申し込み: 11月 15日(土)~

- ① ごはん
- ② 肉じゃが
- ③ 納豆
- ④ ちくわとネコン
- ⑤ みぞ汁

家庭の味をたっぷり詰め込んだ「メニュー」です。どこか懐かしい味を!!

11月 28日(金) 申し込み: 11月 22日(土)~

- ① ごはん
- ② とうふハンバーグ
- ③ スパゲッティサラダ
- ④ ジャガイモ
- ⑤ みぞ汁

ふくら柔らかでどうるハンバーグ・やさしい味わいの中に、しゃかにした豆味が詰まっています! □



【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。場合によっては調理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。

2025.10.17の夕食会は秋を感じるメニューでした。魚はぶりの器い焼きでした。

LUNCH
menu

11月の予定

【プログラム カレンダー】

月10名前後のボランティア・先生方の協力があります

- ・ランチ
- ・はたおり
- ・手芸
- ・将棋教室
- ・お薬相談
- ・鍼灸師相談

- ・弁護士相談
- ・農園作業など



=休み

★土曜自習室 13:00~15:00
(第3土曜日以外)

日	月(9:30~18:00)	火(9:30~18:00)	水	木(10:00~17:00)	金(9:30~19:00)	土(9:30~18:00)
						1 収穫祭 12:00~、12:30~ 麻雀の会 14:00~16:00 ※11月のグループワークはお休みです
2	3 ※11月の月曜カレーの会はお休みです	4 はた織り教室 14:00~16:00	5	6 MEW農園 サボ10:00集合 運営ミーティング 15:00~ ストレッチ 16:00~	7 はばたき会 15:00~(ZOOM) 夕食サービス 17:30~	8 いきいきサロン9:30~ 将棋教室 14:00~16:00
9	10	11 手芸教室 14:00~16:00	12 MEW食堂	13 MEW農園 サボ10:00集合 みんなDEおしゃべり 15:00~16:00 ストレッチ 16:00~	14 飛翔の会 15:00~(対面) 夕食サービス 17:30~	15 いきいきサロン9:30~ 弁護士相談 13:00~16:00 麻雀の会 14:00~16:00
16	17 月曜ランチ会 12:00~12:30~	18	19	20 MEW農園 サボ10:00集合 運営ミーティング 15:00~ ストレッチ 16:00~	21 夕食サービス 17:30~	22 将棋教室 14:00~16:00
23	24	25 佳代式健康法 和みの庭 14:00~15:00	26	27 MEW農園 サボ10:00集合 みんなDEおしゃべり 15:00~16:00 ストレッチ 16:00~	28 夕食サービス 17:30~	29 麻雀交流戦@せせらぎ 三鷹駅改札 10時集合
30						

わたしたちが大切にしていること

一人ひとりの尊厳と主体性

自己決定のプロセス

権利擁護

対等な立場での協働

関係機関との連携

地域とのつながり

ひとり一人の持つ力を信じること

今後ともどうぞよろしくお願ひいたします。
ライフサポートMEW