

# ライフサポートMEWの事業について



武蔵野市地域包括ケア研究  
令和7年11月13日

# 理念

## 【障害福祉サービス】

- ## 【委託事業】

- ## 【その他】

- [illegible]

# 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、さまざまな不安ごと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）等



# 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

NEWS LETTER  
サポMEW  
2025年11月号

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

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  
フラネッツ豊洲)に15名で行ってきました! 秋晴れの中、笑顔  
いっぱいの日となりました。豊洲市場ではグループごとに  
分かれ、とにかく海鮮丼・うどんなどを堪能。屋上では海を  
バックに記念写真もバチリ! 屋上芝生の上でゴロリ! チーム  
ラボフラネッツ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うちに行けて良かった!」  
「普段食べるイカより美味しかった!」  
「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。  
参加者の皆さんの工夫が光り、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、ジュエナスク/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った  
皆さま、本当に御礼でした。

#### 【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  
触れました。

随談劇では、とても情緒  
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

【ランチ】11月17日(月) 申し込み: 11月10日(月)~

サフライズランチ会★

☆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。当日いづれも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・キャロットラペ・  
手作りじゃがいものりちゃん・とうがんの  
煮物・えのきとタンタン菜のスープ」で  
した。カレーが本当に美味しくて、つ  
い事でいただいていたしました。



### 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 カニたまごん(あんかけ)
- ② スープ
- ③ 小松菜と人参
- ④ サラダ

みんなの味をカニの旨味エキ  
スとどじこめだんごあんをだ  
ぶりにかけた「カニたまご」!  
心も体も温まります。

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 みど汁
- ④ 大根サラダ

具材の旨みをぎゅっと詰め込  
んだ「混ぜご飯」ひと口ごと  
にほっとする美味しさをあ  
しきください。

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 ちくわと糸コン
- ⑤ みど汁

家庭の味をたっぷり詰め込  
んだメニューです。どこか懐  
かしい定食を!!

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 スパゲティサラダ
- ④ じゃがいも
- ⑤ みど汁

あつちゅうかな? とうふハン  
バーグ、やさしい味わいの中  
に、しっかりとした旨味が詰  
まっています♡



サポの台所(四〇〇円)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。

・食材は毎週決まった予算内で購入  
しています。場合によっては副菜  
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。魚は旬の鮭が  
メインでした。

# 11月の予定



=休み

★土曜自習室 13:00～15:00

(第3土曜日以外)

## 【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

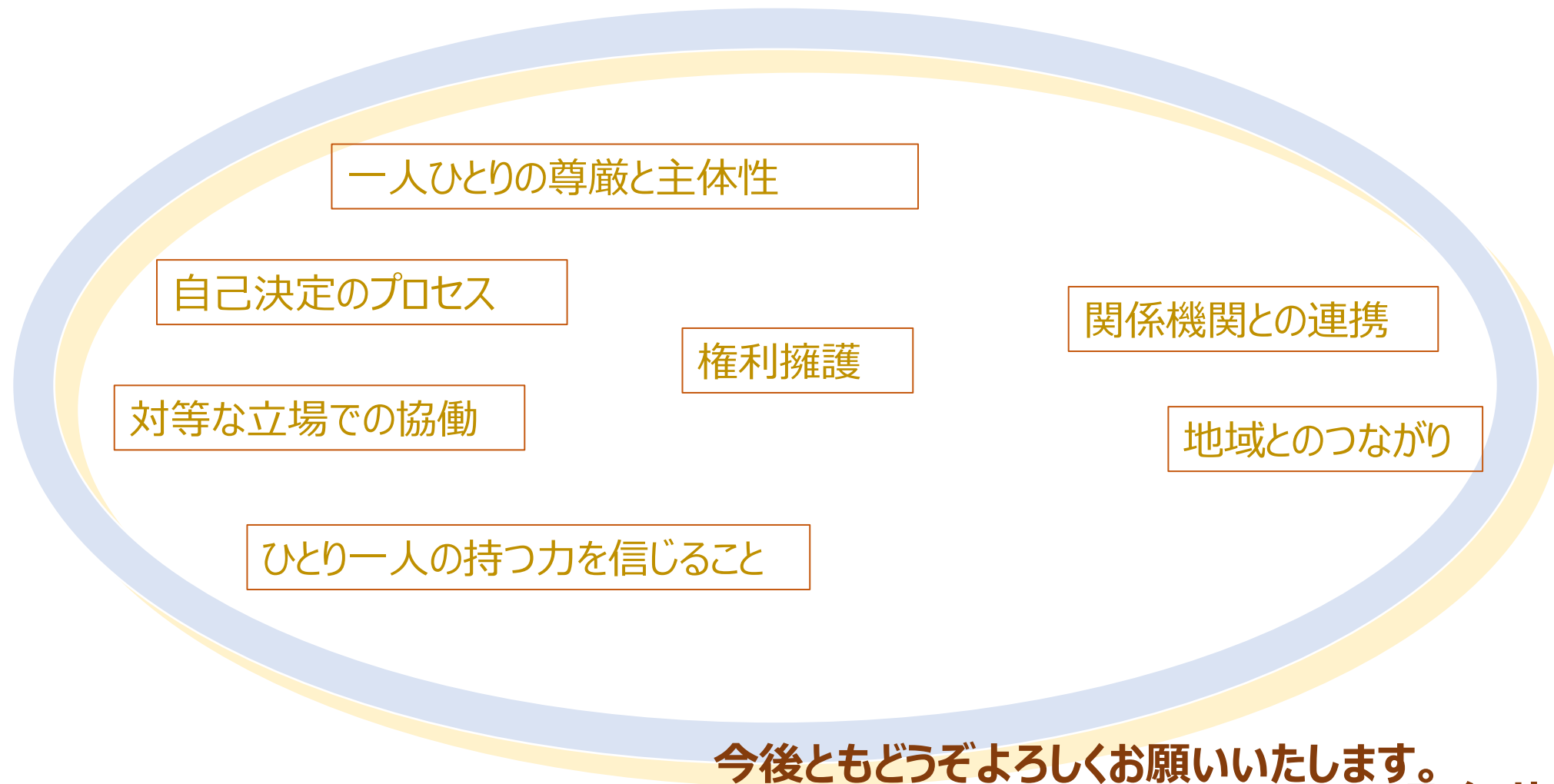
- ・ランチ
- ・はたおり
- ・手芸
- ・将棋教室
- ・お薬相談
- ・鍼灸師相談

- ・弁護士相談
- ・農園作業など

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)
						<b>1</b> 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
<b>2</b>	<b>3</b> ※11月の月曜カレーの会はお休みです	<b>4</b> はた織り教室 14:00～16:00	<b>5</b>	<b>6</b> 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～	<b>7</b> はばたき会 15:00～(ZOOM) 夕食サービス 17:30～	<b>8</b> いきいきサロン9:30～ 将棋教室 14:00～16:00
<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b> 手芸教室 14:00～16:00	<b>12</b> MEW 食堂 	<b>13</b> 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～	<b>14</b> 飛翔の会 15:00～(対面) 夕食サービス 17:30～	<b>15</b> 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
<b>16</b>	<b>17</b> 月曜ランチ会 12:00～/12:30～	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b> 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～	<b>21</b> 夕食サービス 17:30～	<b>22</b> 将棋教室 14:00～16:00
<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b> 佳代式健康法 和みの庭 14:00～15:00	<b>26</b>	<b>27</b> 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～	<b>28</b> 夕食サービス 17:30～	<b>29</b> 麻雀交流戦@せせらぎ 三鷹駅改札 10 時集合
<b>30</b>						



# わたしたちが大切にしていること



今後ともどうぞよろしくお願いいたします。  
ライフサポートMEW