



2013年7月号

NPO法人 立川マック

立川マック 便り

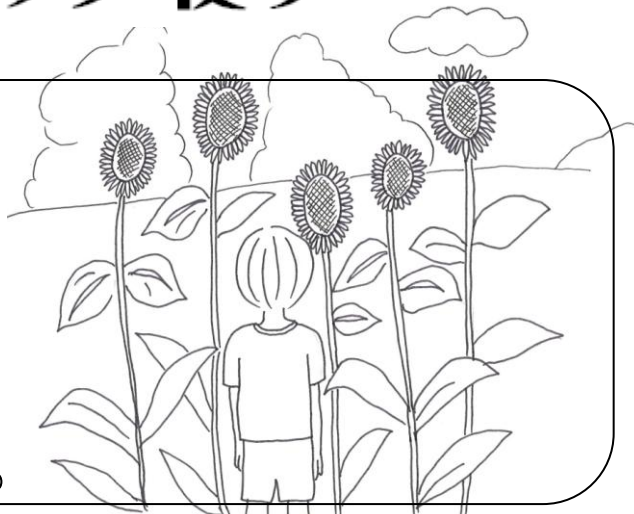
～第98号～

優しいよ

実は人間

優しいんだ☆

(仲間作：アディクト川柳)



梅雨もあとすこし。本格的な夏が始まります。立川マックでは、5月か



ら「生活・社会技能訓練プログラム」を始めました。発達障害や精神障害をお持ちの方が対象の、作業プログラムです。

簡単な調理をしたり、軽作業やゲームをしたり。今回はTシャツをパソコンで注トで好きな柄大満足。

文し、アイロンプリンをつけてみました。



一 マック創始者のミニー神父の8月の命日にちなんで、立川マックで
山本晋一代表理事（元みのわマック施設長）のお話がありました。一

山本さん ミニー神父のお話 第八回

だからその次は、ぼくは郡山の方に行っただけ。マックがあつて、そこで郡山グループもスタートした。一番初めにできたのは、やっぱり大阪だったね。それから横浜マック。それから札幌の方はね、ロイ神父さんて今は亡くなったんだけどね、あの方が札幌の方の宣教をした。俺もそっちの方に手伝いに行ったりしてね。

で、そこで出会ったのが近藤さんなんだよ。ダルクの、NA（ナルコティクス・アノニマス…薬物依存症の自助グループ）のな。彼は東京に来て…、NAの話をちょっと付け加えると、俺がハウスにいる時に、薬物の人が三人いたの。初めはNAがないから、AAの方に出たのね。で、彼らも自立して、自分たちでNAを開き始めたの。

それに関係する家族の方たちもいるんだよね。それでアラノンというのをやっぱし始めたんだよね。

そういうことで、ミニーさんて方は施設を中心にしてたんだけど、でも結構、山谷とか、西成とか、横浜の寿町とかああいう所をはじめ中心にね、してたの。ミニーさんのことをちょっと言うね。

1930年6月30日にアメリカのコネチカット州で生まれたんだな。で、1959年6月の13日に司祭、神父になったんでしょ。そして、1959年に日本に来たんだね。で、1961年関西の外国語学校立命館大学…俺に関係ねえやな（笑）。京都大学とか。みんなな大学だよこれ。衣笠教会とか。衣笠教会って、金閣寺があるところなの。大文字ってほら、火が焼けるだろ。あれのところなのね。そういうところの神父さんをやったりしてたんだけど、結局さっきの本に出てくる通り、お酒をだんだん飲んで、ちんぴらと飲んで（笑）、京都の大津に唐崎ってところがあるんですよ、琵琶湖の。そこにメリノールの神父さんたちの黙想をしたり勉強をするところがあるのね。

そこで俺たちお酒をやめたときに、そこでもセミナーやってみたいですよ。ぼくはいなかったんだけど。そこへ行ったときに、その管理人のはたけやまして人がね、ミニ神父さんはときどきね、二階から降りてきてね、倉庫からお酒を持ってきてね（笑）、困ってたんだって。あのひどい神父さんが今あんなにお酒をやめてるの、なんてね。考えられないとかさ。俺たちがアル中だっというの知ってるのに、そう言ってた。ミニさんの話もそうだけど、俺たちも意外と信用しない方だから、でもそういうおばさんたちのお話聞いたときに…、賄いさんのお話聞いたときに、ああ本当にミニさんはこうだったんだな、ってね。

だから今唐崎では関西の人たちがミーティングやってんじゃないかな。こないだぼくも京都に行ったときに、唐崎で 10 時からミーティングやってるんで、行って来たけどね。そのときにははたけやましておばさんはもう具合悪くて寝てたけど、旦那さんが代わりにね。

そういう風に、メッセージをしながらそういう所にも、観光を兼ねて連れてってくれた。そういうことでは、ぼくなんかや田島さんなんかがね、いろいろ関わってた。

で、1978 年に、みのわマックがやり始めたんだね。1974 年の暮れごろから大宮の場所を借りて掃除して、施設を始めたのね。で、大宮時代が終わって、それで今度はみのわマックが 78 年に始まったんだね。

ミニさんのことなんだけど、お酒をやめて結構元気になって、1978 年から 84 年ぐらいに日本の管区長をやってた。あの人は、俺たちと一緒にずーっと生活してんだな。で、神学生を担当してんのね。3 人ぐらい、海外から来るでしょ。で、日本語学校で日本語を勉強して帰って来るんだよ。ほんでね、みんな一緒に泊まってんだよ。で、びっくりしたのはね、「ただいま」って帰ってこないでね、「いただきます」って帰ってきたんだよ（笑）。日本語わかんないから、「いただきまーす」なんて言って帰ってきたの（笑）。そんで、それは違うって言われてさ。日本語勉強してるからね、そういう間違いの面白いのがいっぱいあった。

— 次号につづく —

— バーベキューの感想 —

T・S

国営昭和記念公園でバーベキューにいったととてもよかったです。バーベキューに2回参加しました。いろいろな肉その他いろいろ、一番おいしかったのはおにぎり、3～4回食べました。なかまが、2日前から、買い物その他いろいろな準備があったためにバーベキューができました。仲間の力です。

T・S

久しぶりにマックに戻って来て、仲間とバーベキューに参加しました。わたしはひきこもりがあるので、朝は行きたくない…気持ちでしたが、事が始まると流れに任せ、何とか皆といられました。心の中は、もう少し皆と分かち合いたかったのですが、今の自分は皆の中へ行くと言う事が大事なので、OK だったと思います。途中、雨が降ってきましたが、テントがあったので用意も準備万端でよかったです。素材も、おいしかったです。

— さいたまマックセミナーの感想 —

T・N

暴力というテーマで、自分とはあまり関係はないだろう、とっていました。しかし、スピーカーの話を聞いているうちに、思い当たる節が色々出てきました。言葉の暴力、会話の無い家庭生活、物に当たる、などなど。妻に平手打ちされた事を思い出しました。でもそれは、「された」のではなく、「させてしまった」ことに気付かせてもらいました。平手打ちの直前、自分はひどい暴言を吐いていました。

T・M

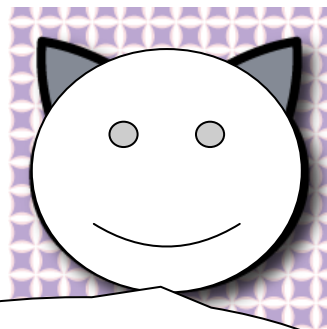
テーマが「アルコールと暴力」でした。プログラム修了者と家族の方の暴力に関する話を聞き、お酒は手が出てしまうことが当然というか当たり前になり、それがエスカレートして、気付けば家庭崩壊にまで陥ってしまう、改めてアルコール依存症の恐ろしさを感じさせられました。午後は、さいたまマックの皆さんによる合唱を聞き（中島みゆきの時代やSMAPのよぞらの向こう etc...）好きな曲や知っている曲ばかりだったので、小声で歌ってしまいました。本当に内容の濃い感謝の集いで良かったです。

シリーズ★通所生の一週間★

Uさん（アルコール依存・摂食障害）

30代女性の場合

（本人の承諾のもとに掲載しています）



マックに通って、
3年1ヶ月経ちました

マックに通う前から自助グループ
に通っていました。今はお酒を2年
やめられています

マックに来て、お金の管理が
できるようになりました

Uさんは、週に2回、ギャンブルミーティング、女性クローズドのプログラムでマックを利用しています。週に1度自助グループに通っています。

	月	火	水	木	金	土	日
午前	ヘルパーさん	訪問看護	ヘルパーさん	OT			
午後	マック		通院	マック	OT		
夜			AA				

- ◎ マックではミーティングの他に、体操、レクリエーション、調理実習などを行っております。
- ◎ 夜のプログラムは、AA等の自助グループ参加になります。

マックプログラム

アルコール依存症からの回復には、同じ病気から回復した、または回復したいと願っている仲間との出会いが必要です。マックプログラムは、グループ・セラピー（ミーティング）を中心に組み立てられたプログラムです。

ミーティングを中心とした団体生活で人間関係について考えます。また、規則的に通所することによって健康的な生活習慣を取り戻します。そのほか、回復の初期にはこの病気が元で引き起こされたいろいろな問題にぶつかります。ミーティングや個別相談で問題の解決方法を学びます。

立川マックに通所することで飲まない生活の基礎作りをし、地域社会に戻ります。



立川マック地図（新しくなりました）



7月の外プログラム・行事予定

- 12日（金）午前 ヨガ教室（女性）
- 15日（月）AA西多摩地区OSM
- 16日（火）午後 ビジネスミーティング
- 23日（火）午後 運動プログラム
- 25日（木）午前 調理実習
- 28日（日）午後 映画鑑賞

*毎週月曜の午後は
ギャンブルミーティングです
(15日は中止です)

◆ 通所者状況（平成25年5月31日現在）

①利用者数

	男性	女性	合計
継続	24	17	41
新規	2	1	3
合計	26	18	44
女クロ	5～8名参加		

②退所者数

	修了	中途	合計
男性	0	0	0
女性	0	0	0
合計	0	0	0

*女クロ=女性クローズドミーティングの略

◆ 会計報告 「支える会」のみの会計報告となります。

収 入		支 出	
	5月度		5月度
正会員会費	35,000	消耗品費	0
法人会員会費	0	役務費	200
賛助会員会費	9,700	寄付金(立川マックへ)	0
献金(寄付金)	0	貸付金(立川マックへ)	0
雑収入	30,000	戻し金	0
小計	74,700		
前月繰越	1,702,722		
合計	1,777,422	合計	200
		次月繰越	1,777,222

今月の女性クローズド(女性だけのプログラムです)

7月

4日(木)ミーティング

11日(木)医療関係者

のお話

12日(金)ヨガ教室

16日(火)編み物

18日(木)聖書を読もう

25日(木)ビーズ手芸



女性の仲間で

編み物をしています

★立川マックのホームページを更新しました (<http://www6.ocn.ne.jp/~t-mac/>)

立川マック便りはクロネコメール便で送付しております。住所変更等がございましたら、立川マックまでお知らせください。

なお、送付停止ご希望の方はご一報くだされば、さいわいです。

発行：立川マックを支える会（運営委員会）

住所：立川市錦町 3-12-16 ハイネス立川 108 号

Tel: 0 4 2 - 5 2 1 - 4 9 7 6

(ここにいて よくなるー)

Fax: 0 4 2 - 5 9 5 - 6 9 0 3

ホームページ <http://www6.ocn.ne.jp/~t-mac/>

献金宛先: [郵便振替]【口座番号】0180-9-630483

【宛先名】立川マック運営委員会