



2013年10月号

NPO法人 立川マック

立川マック 便り

～第101号～

迷い道

自我を使って

身悶える

(仲間作：アディクト川柳)



台風 18 号が全国各地に被害を及ぼしました。被災された方々には心より



お見舞い申し上げます。

立川マックでは災害に備え、水や食料、毛布や発電機などの防災用品を常備しています。日ごろから防災訓練を行っておく

ことの大切さを感じます。

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 第十一回

彼女が言っていた。アメリカでも 90 日毎日ミーティングに出るっていうのがあるんだって。で、90 日たって終わったからいいかと思ったら、また始まったんだって。「うそつき」とか言ってるね（笑）。スポンサーに文句言ったとか言ってたけど。その方は広島の方だったのね。それで俺が日本に帰って来てから、彼女 2 回ぐらい来たんですよ。で、東京駅で会って、じゃあ銀座でもご案内しましょうかって言って、歩いたんだよ。けどもね、歩いている間 AA の話ばっかりなの、うん。でも彼女もそうやってソーバーして、もうそのとき 6 年ぐらい。そういう出会いもあったりね。だからいろんな外国行っても日本人の方がいてね、結構。そのころ日本人の方には日本語の 12 ステップの本とビッグブックを送ってあげたのね、いつもね。そして結構ね、英語も読めるかもしれないけど日本語の方がわかりやすいとかっていう話になって。そういうことですね。

ミニーさんに話を戻すと、1988 年、この頃に体が悪くてアメリカに帰られたんですね。それで向こうでがんの手術をして、5 年間ぐらいは動いちゃいけないっていうんで来られなかったけど、その後にみのわマックとか山谷マックの記念集会にお呼びしたら、こうやって来てくれて、そのときのお話がここ（本）にあるんですね。

それで、ある時これは余談じゃないんだけど、山谷グループの連中がミニーさんにお礼を言いたって言って、ツアーを組んで、アメリカに行ったんですよ。その時にも、運が良かったんだけど、初め他の人だったのが行けなくなって、田島さんにも話がまわったんだけど行けなくなって、で、俺に来たんだよ。じゃ行こうってことになってね。まずニューヨークに行って、ミニーさんのところまで。ほんとはバスで行く予定だったんだけど、あの頃まだニューヨークは治安があんまり良くなかったのね。ガイドの人が「ちょっと危険だから」って。で、バンを借りてね。まあ十何人だから、乗っかって、ミニーさんちに行って。それはここにあるかも知れないな。本になってるかも知れない。

あ、これだ。これは…、ここに女の人が二人いるんですよ。これは「城北センター」っていう、山谷地域にそういう相談役をやってる宮下さんっていう人がいて、この方は学校の先生なのかな。それからもの書きなんだよな。その方が、いろいろとこう、本にして、くれたのね。

それでその時も、ミニーさんのところがコネチカット州のウォルターバレーっていうところなんだけど、そこのところで一泊して、で、その次に、ま、皆さんも聞いているかもしれないけど、ミス・シスター照子、メリノール会のシスターで、その時ニューバーグっていうやっぱりニューヨークのはずれの方のスラム街みたいところで活動してるっていうんで、車で迎えに来てくれたんで、行ったのね。そこはすごいアルコールと薬物と、エイズが蔓延してるからね。街も、なんかすごい破壊状態なのね。ガラスが下にあって。で、なんて言うんだろ、子供を産んでも育てられないでしょ。そういう子供の孤児院みたいところがあって、そこで子供たちの世話をしたり。それから街の子供がシスターのところに、ここ（本）のところにあるけど…シスターのうちに入って来て、食べてると持ってっちゃうんだって（笑）。そういう常識…わからないんだね。

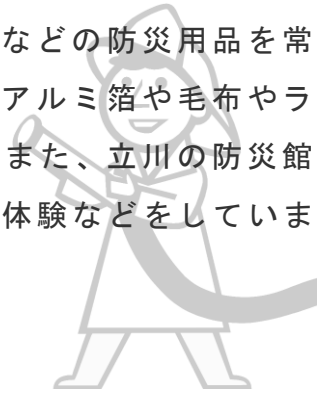
たしかにそうだね、表に出ると麻薬吸っておかしな人がいっぱいいるんだね。そういう所でシスターたちがいろんな活動をしてたんだね。そういうニューバーグに行って、それから今度はロサンゼルス。ロサンゼルスで暴動があったじゃないですか。あのちょっと後だったのね。でもロサンゼルスで、この宮下さんっていう方の知り合いで、保健婦さんの人がいてね、んで、ロサンゼルスにもスラム街があるんですよ。道路に布団しいてき、すごくションベン臭くてき、そういう所があるのね。そこでもって保健活動しててね、いろいろと案内してもらったのね。それもすごく良かった。そのときに、AA ミーティングに俺も行ったんだけど、初めね、早いうち気付かなかったんだけど、だんだん変なのが入ってくんだよ。

— 次号につづく —



— 立川マック 防災の日特集 —

立川マックでは災害に備え、水や食料、毛布や発電機などの防災用品を常備しています。台風のあった日、実際に災害用の保温性アルミ箔や毛布やラジオなどを使ってみたり、缶詰の食品を試食しました。また、立川の防災館でAEDや消火器の使い方、人工呼吸を習ったり、地震の体験などを行っています。



H・H

マックに何が備えてあるのか、それが本当に必要な時にどう使えるのかを点検した1日でした。保温性のあるアルミ箔のシートを、仲間の身体に巻いて、本当に暖かいのかどうかを実験(?)したり、(←私も身体に巻いて、暖かさを体感しました) 貯蓄してある物で、何日位耐えられるのか等を話し合ったりしました。又季節も、「冬だったら…」と話していて、「毛布一枚で足りるのか…?’等々、仲間とスタッフさんと一緒に話し合っていました。非常食の試食もして、意外にパンやマフィンが美味しかったり、色々体験させてもらいました。今日行った事が役立つ日が来ない事が一番ですが、もしもの時の為に時間を費やした半日でした。実はちょっと楽しく、思い出になりそうな防災訓練でした。



アルミ箔と毛布にくるまる仲間



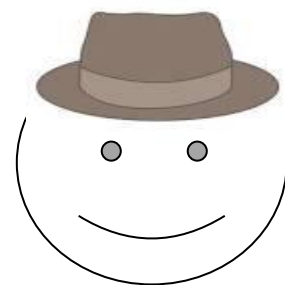
人工呼吸
(防災館)

シリーズ★通所生の一週間★

×さん（アルコール依存）

40代男性の場合

（本人の承諾のもとに掲載しています）



通院している病院でマックを知り、
福祉の方と面接に来ました。通所し
て3ヶ月経ちました

マックに通う前も半年間毎日
自助グループに通い、お酒が止
まっていました

マックに来て精神的、
身体的に健康に
変わってきました

×さんは、週6日マックを利用しています。毎日、夜はアルコール依存症の自助グループに通っています。

	月	火	水	木	金	土	日
午前	マック	マック	マック	マック	マック	外来	マック
午後	マック	マック	マック	マック	訪問看護	AA	マック
夜	AA	AA	AA	AA	AA	AA	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。

10月の外プログラム・行事予定

6日(日) 午後 映画鑑賞
 11日(金) 午前 ヨガ教室(女性)
 16日(水) 午後 運動プログラム
 19日(土) ワンステップセミナー
 20日(日) AAむさしのグループOSM
 22日(火) 午後 ビジネスミーティング
 26日(土) 午後 GA3グループOSM
 29日(火) 午前 調理実習

*月曜の午後はギャンブルミーティング、水・金の午後は生活訓練プログラムです

◆ 通所者状況 (平成 25 年 8 月 31 日 現在)

①利用者数

	男性	女性	合計
継続	24	18	42
新規	1	1	2
合計	25	19	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	
	8月度		8月度
正会員会費	34,000	消耗品費	0
法人会員会費	0	役務費	160
賛助会員会費	4,700	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	0	戻し金	0
小計	38,700		
前月繰越	1,711,978		
合計	1,750,678	合計	160
		次月繰越	1,750,518

今月の女性クローズド(女性だけのプログラムです)

10月

3日(木)ビーズ手芸

10日(木)医療関係者

のお話

11日(金)ヨガ教室

15日(火)編み物

17日(木)聖書を読もう

24日(木)ビーズ手芸

31日(木)お菓子作り



女性の仲間で編み物をしています

(シュシュを作りました)

★支える会への献金のお願い

立川マックの活動は皆様のご支援に支えられています。

「立川マックを支える会」への献金は、遠方からの利用者さんへの交通費補助等に活用させていただいております。一人でも多くの依存症者の回復のために皆様からの変わらぬご支援をお願いいたします。

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