



NPO法人 立川マック

立川マック 便り

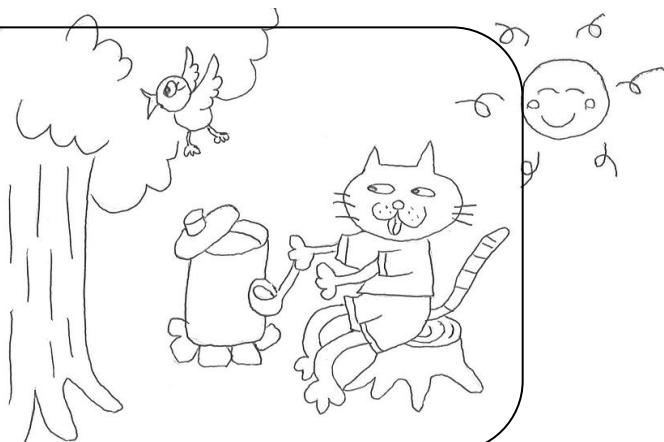
～第102号～

酒やめて

ようやく気付く

身の不調

(仲間作：アディクト川柳)



今年は台風が多く、たくさんの方が被災されました。困難な生活を送っ



ておられる
方々に心より
お見舞い申し
上げます。一
日も早い復興
を祈ります。

マックでは
ハロウィンの
日女性だけで、
かぼちゃとり
んごのパイを
焼きました。

お酒や薬物、摂食障害などのアディクションを使わずに日々の生活を楽しむ工夫は、簡単ではないけれど必要なものです。

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 第十二回

ジャンパー半分くらい切ってさ、そしたらあの、バイク。バイクの人たちの集まりになるんだよ。で、AAなんだよ。帰りになったら表にぎーっとバイク並んでてさ。で、あの革ジャンかなんか半分に切ってさ、で、なんか俺おかしくなっちゃうのかなって思ったら（笑）、そういう人だけど全然違うんだよな。やっぱり自分たちでやってて。薬物の人が多かったな。そういうミーティングにも行けたりね。いろんなことで出会いがあった。これで思い出すんだけどね、この方が城北センターで、東京都の関係で、東京都の姉妹都市なのね、ニューヨークのマンハッタンが。今テロで壊れちゃったでしょ、貿易センタービル、あれの五十何階かがね、事務所だったの。ぼくたち上がってったの。で、その後に、ずいぶん後だろうけどテロにあって、壊れたんだよ。で、このときにも、ぼくたちは、アメリカには GSO ってあるんですよ。AA のサービスオフィスが。そこへ行ったりね。

ミニーさんは向こうでもって聖書会の高等学校でいろいろ、聖書学とか日本語とかを教えてたみたいですね。そして 2000 年にそういう所の理事長をやってたみたいですね。ぼくもそこには何回か行かせてもらったの。兄弟の方の弟さんがいるんですよ。弟さんが、その子供さん 6 人ぐらいいてね。

で、また俺の話になっちゃって悪いんだけどね、以前に 4 ヶ月ぐらいアメリカに行ったときに、クリスマスのときにね、弟さんの家でクリスマスを迎えたのね。その頃ちっちゃかったクリフっていうのとかね、このときには高校生になって車を運転しにね、手伝ってくれたりさ。で、この間亡くなられて、ぼくは一回目のときは行けなかったんだけど 2 回目のときの、ミニーさんの墓参りに行ったのね。そしたらそのクリフがさ、もう大きくなって結婚して子供がいてさ。だからその、兄弟の方たちとの関係もね。で、弟さんもご夫婦で日本に来てね、ぼくたちと食事をしたりね。したっていう経験がある。

それで、最後にちょっとこれは、その方からもらったことなんだけど、ミニーさんが弟さんのうちの隣に、カマボコ兵舎みたいな小さなところで住んでたのね。隣が弟さんのジョーンっていう人なんだけど…、ミニーさんが亡くなったことは神父さんを通して日本人のぼくたちには伝わったのね。だけど、ミニーさんの品物を整理してたときに、みのわマックのメールアドレスがあって、それでその方から英語でメールが来たんだけど、誰が翻訳したか知らないけど、ちょっと読んでみるね。

『親愛なる山本』って、ぼくにだったんですね。私はパトリシア・ハーベイといいます。ジョン・ミニーの弟さんのジョセフの婚約者なんだって。で、ジョンっていうのはミニーさんのことだよ。が、ミニー神父の弟のうちで隣同士です。私は数年前に日本に行ったとき、あなたたちとお会いしましたね。って、ぼくたちと会ったんですね。で、大変残念なことです、ジャン・ミニー神父が永眠されたことをお知らせします。夕方になると、ジャック、弟さんがね、お兄さんといつも家のそばで話をしたりして、なんかいろいろと兄弟で話して、んで、彼は話をしてから帰って行きました。それが、2007年8月の28日の火曜日も、同じようにジョンの家の外で座って話していきました。だから、今日だね。そして、ジャンが、ミニーが、また明日会おうと言って帰って行き、彼にはクレジットハートハイスクールの新学期の初日の予定があったって、そのあくる日がそうなんですね。そして翌日弟さんのジョーが起きてガレージを見ると、ミニーさんの車がまだ置いてあるのに気付きました。でもたぶん誰かに乗せていってもらったのかと思って気にしなかったんだけど、中庭を歩いたときに、ミニーさんのとこの家の灯りが点いてたんだって。そこに気が付いて、ドアをノックして、中に入ってみると、彼が倒れていた。

— 次号につづく —



－ ワンステップセミナーの感想 －

K・M

今回のワンステップセミナーはとてはっとさせられる驚きと、共感を得ました。各スピーカーのみなさんとっても正直な話をされていました。ステップ10の仲間の話で「あれもできていない、これもできていない、こんな自分は駄目なんじゃないか？」という話を聞いて、激しく同意しました。やはり、後ろめたさを抱え込んで生きていた習性上、自分の欠点に焦点を当ててしまい、自分の出来た事に自信が持てなかった事があります。その時に、先行く仲間に教えてもらったのは、「自分の身の丈を知ることは大事だよ」という話をしてもらって、楽になった気がします。これからも、たくさん仲間とわかち合いしながら、今後も歩み続けたいと思っています。

－ A A むさしのグループOSMの感想 －

K・K

むさしのグループOSMに参加し、仲間のメッセージを分けて頂き、ありがとうございます。新しくつながった仲間達の“迫りに満ちた正直さ”にあふれるスピーチに心を打たれました。プログラムに真剣に取り組まれ、種々な場面で行動に取り組まれていることを感じ、回復への希望を頂きました。次のOSMにも積極的に参加させて頂きたく宜しくお願い致します。

T・S

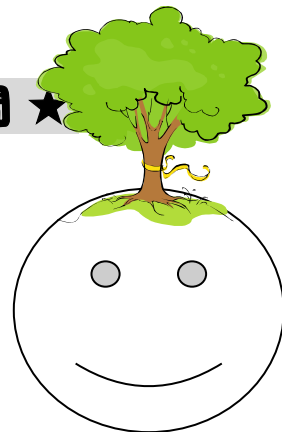
むさしのグループの準備する段階から見ていましたが、グループの皆が楽しそうに白板に文字を書いていた。今、私は色々な役割をする様になっていて、仲間が一生懸命行動しているのを見ると、感心してしまうのです。スピーカーを1人1人が緊張しながらも正直な話をしている、私もこの間やらせてもらったばかりなので、感慨深いものがありました。新しい仲間を大切にしている場面も見せてもらって、見習いたいと思いました。OSMはそのグループの姿が見れるので、ワクワクします。

シリーズ★通所生の一週間★

Yさん（摂食障害）

10代女性の場合

（本人の承諾のもとに掲載しています）



マックに通所して
2ヶ月経ちました

高校1年生の春頃
自分の病気について
知りました
入院したことがあります

マックに来る前に半年間
自助グループに通いましたが、
摂食障害は止まりませんでした

Yさんは、片道2時間の距離を通い、週4日マックを利用しています。摂食障害と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	家庭	マック	マック		家庭
午後	マック	マック	家庭	マック	マック	第1・3 摂食障害 グループ	第4 AA
夜	OA	AA	AA	AA	AA	第5 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います。
- ◎ 夜のプログラムは、AA等の自助グループ参加になります。

11月の外プログラム・行事予定

2日(土) 寿アルク20周年
 8日(金) 午前 ヨガ教室(女性)
 10日(日) 午後 映画鑑賞
 12日(火) 午前 調理実習
 17日(日) みのわマックスステップセミナー
 20日(水) 午後 運動プログラム
 24日(日) 午後 AA南部グループOSM
 26日(火) 午後 ビジネスミーティング

*月曜の午後、水曜の夜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 10 月 31 日 現在)

①利用者数

	男性	女性	合計
継続	25	18	43
新規	2	0	2
合計	27	18	45
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	1	1
合計	0	1	1

*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。

	9月度		9月度
正会員会費	0	利用者交通費補助	50,483
法人会員会費	0	消耗品費	0
賛助会員会費	1,400	役務費	0
献金(寄付金)	0	寄付金(立川マックへ)	47,556
雑収入	0	貸付金(立川マックへ)	0
小計	1,400	備品購入費	22,340
前月繰越	1,750,518	戻し金	0
合計	1,751,918		
		合計	120,379
		次月繰越	1,631,539

今月の女性クローズド(女性だけのプログラムです)

11月

7日(木)ビーズ手芸

8日(金)ヨガ教室

14日(木)医療関係者

のお話

19日(火)編み物

21日(木)聖書を読もう

28日(木)ビーズ手芸



女性の仲間で

ビーズ手芸をしています

★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