



2014年2月号

NPO法人 立川マック

立川マック 便り

～第105号～



年も明け、早いもので二月も半ばとなりました。立川マックでは、新年の諸行事をとり行い、みんなで行った初詣ではそれぞれの思いを新たにしました。天候不順や体調不良などさまざまな変化の中で平穏な毎日を送るためにも、新年の思いと同

様に日々、気持ちを新たにしてお過ごしゆきたいものです。

2月の外プログラム・行事予定

- 9日(水) さいたまマックセミナー
- 11日(火) 午前 調理実習
- 15日(土) 午後 AA 八王子G セミナー
- 16日(日) 午後 映画鑑賞
- 19日(水) 午後 運動プログラム
- 25日(火) 午後 ビジネスミーティング

2月女性クローズド

- 6日(木) ビーズ手芸
- 13日(木) 医療関係者のお話
- 14日(金) ヨーガ教室
- 18日(火) 編み物
- 20日(木) 聖書を読む
- 27日(木) ビーズ手芸

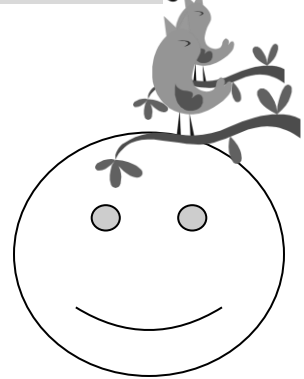
★シリーズ★通所生の一週間★



bさん (アルコール依存症)

50代男性の場合

(本人の承諾のもとに掲載しています)



昨年の10月に自分の病気について知り、家族の紹介でマックに通い、3か月経ちました。

マックに来てから、飲酒欲求も無くなり、精神的にも落ち着きを取り戻してきています。

bさんは、毎日マックを利用しています。夜の自助グループにはまだ参加していません。

	月	火	水	木	金	土	日
午前	マック	マック	マック	マック	マック		マック
午後	マック	マック	マック	マック	マック	マック	マック
夜							

◎ マックではミーティングの他に、スポーツ、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。

立川マック地図 (平成 25 年 12 月 12 日、下記へ移転しました)



☆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2-6-20 円理ビル202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