



2014年8月号

NPO法人 立川マック

# 立川マック 便り ~第111号~



残暑お見舞い申し上げます。立川マックでは、生活・社会技能訓練プログラムにてバレエ教室から依頼を受けた練習着を作っています。完成は来年の5月。お楽しみに♪

『夏の夜

青りんご光る

夕涼み』

(参加メンバー合作川柳)

## 8月の外プログラム・行事予定

- 4日(月) 調理実習
- 9日(土) 映画鑑賞
- 20日(水) 運動プログラム
- 26日(火) ビジネスミーティング

### ☆ランチサービスを始めました☆

毎週火曜日・木曜日・金曜日

12:00~13:00

お弁当(無料)を食べながらみんなで談笑

金曜日は手作りメニュー♪

立川マックにて

## 8月女性クローズド

- 7日(木) 茶話会
- 8日(金) ヨーガ教室
- 14日(木) ミーティング
- 21日(木) 矢部・女クロ  
フェローシップ参加
- 28日(木) ミーティング



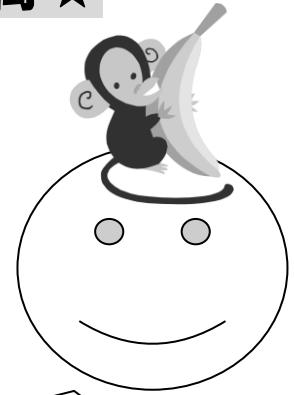
- ☆毎週月曜日/ギャンブルミーティング
- ☆毎週水曜日・金曜日/生活・社会技能訓練

# ★シリーズ★通所生の一週間★

## hさん（ギャンブル依存症）

### 30代女性の場合

（本人の承諾のもとに掲載しています）



マックはホームページで知りました。自分の病気について知ったのはマックに通所してからです。

マックに通所して5か月が経ちました。規則正しい生活になり、ギャンブルをしないで済んでいます。

◎ hさんは、週6日マックを利用しています。自助会はGAを基本にAAにも参加しています。

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

◎ 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。



**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