



NPO法人 立川マック

2014年9月号

立川マック 便り ~第112号~



困難を乗り越える。
立川マックでは残暑厳しい中、暑気払いとしてしゃぶしゃぶ料理を堪能してきました。苦しい時こそ仲間と一緒に力をつけていきたいですね。

『うまい飯

仲間と共に

暑さ越え』

(参加メンバー合作川柳)

9月の外プログラム・行事予定

- 1日(月) 調理実習
- 13日(土) 映画鑑賞
- 14日(日) GA 関東地区 OSM
- 14日(日) AA にし城西地区 OSM
- 15日(月) 調理実習
- 17日(水) 運動プログラム
- 23日(火) ビジネスミーティング
- 27日(土) AA にしき町 Gステップセミナー
- 27日(土) みのわマック BBQ 交流会

☆ランチサービスを始めました☆

毎週火曜日・木曜日・金曜日

お弁当(無料)を食べながらみんなで談笑

9月女性プログラム

- 4日(木) ビーズ手芸
- 11日(木) スマーブ
- 12日(金) ヨーガ教室
- 18日(木) 聖書を読む
- 25日(木) スマーブ

※スマーブ(SMARPP)…テキストに『薬物・アルコール依存症からの回復支援ワークブック』松本俊彦 小林桜児 今村扶美 著(金剛出版)を使用。

☆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★

iさん（ギャンブル依存症）

30代男性の場合

（本人の承諾のもとに掲載しています）



病気について知ったのはパチンコ屋のトイレにあったポスターがきっかけです。マックは市役所で知りました。

マックに通所して5か月が経ちました。期間中一回だけギャンブルをしましたが、それ以降は止まっています。

◎ iさんは、週6日マックを利用しています。自助会はGAに定期的に参加しています。

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



☆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。

☆立川マックを支える会への献金は下記の口座までお願いいたします。

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