



2018年 3月号

～ 目 次 ～

ステップセミナー・恵方巻き	2
お知らせ（七福神めぐり、17周年感謝の集い）	3
スケジュール	4
はらたち日記	5
今一度マックの活動を考える	6
会計報告	8



2018年2月12日（月・祝）第14回ステップセミナー



2月12日（月・祝）ステップセミナーにて済生会鴻巣病院医院長
関先生より貴重なご講話を頂き有難うございました。



関先生を囲んで昼食を摂りながら、いろいろな話に花がさきました。

★恵方巻き★



1月30日（火）ひと足早い節分…。
修了者に作ってもらった恵方巻に鬼豆
等を添え、美味しく頂きました。

『春』を迎える準備が整いました。

『七福神めぐり』

日時：2018年3月21日（水・祝）

集合：さいたま新都心駅東口集合・出発 10:00

※ 昼食は各自用意して下さい

【七福神の日程コース】

上町氷川神社（福緑寿）



一山神社（恵比寿）



円乗寺（大黒天）



天祖神社（寿老人）



与野公園（昼食休憩）



御嶽神社（弁財天）



円福寺（布袋尊）



鈴谷大堂（毘沙門天）



与野本町駅（14:30頃到着、解散）



『17周年感謝の集い』

日時：2018年5月27日（日）10時00分～15時30分

場所：さいたま市産業文化センター（参加費無料）

日頃ご協力を頂いております関係者の方々、ご家族の皆様、
そして、多くの仲間のご来場をお待ちしております。

なお、恒例のマック通所者・修了者による
合唱もあります。



3月のスタッフ渉外活動・自己啓発活動

3日（土）与野中央病院	13：45～15：30
3日（土）家族ミーティング（資料使用）	18：00～19：30
7日（水）マック・ダルク連絡会	18：30～20：30
8日（木）久喜すずのき病院	13：30～15：00
13日（火）事例検討 精神科医北野先生他	15：30～17：00
15日（木）所沢慈光病院	14：00～15：00
16日（金）済生会鴻巣病院	14：00～15：00
17日（土）家族ミーティング	18：00～19：30
20日（火）BBミーティング	15：00～17：00
28日（水）県立精神医療センター	14：00～15：00

3月の通所者プログラム

6日（火）調理実習（施設内）
7日（水）サテライトミーティング（東浦和 喫茶まいむ）
11日（日）AAわんうえいぶG O・S・M（さいたま市宮原コミセン）
18日（日）AA出会いの里G 感謝の集い（富士見市針ヶ谷コミセン）
20日（火）誕生会
21日（水・祝）七福神めぐり
28日（水）マック便り発送準備（30日発送）

♪歌の協力のお願い♪

修了者の皆さん、感謝の集いの歌の練習が始まりました。

ご協力をお願い致します。

土・日曜日の午後練習をしていますので、是非マックに

お立ちよりください。待ってます♪



はらたち日記

「あの人が残してくれた宝物・・・遺族の独り言」

影下 妙子

〇月〇日

茨城県…今度は他県かぁ。自己退院なのか強制退院なのか…初めて行く街の初めての病院。今日は子供達と早目の夕飯を済ませ、地図を片手に終わりの無い旅の続きが始まりました。最寄り駅を目標にしながら、目的の病院を何とか探したのは真夜中、そして近場に宿泊。明日の初診は余裕綽々。

〇月〇日

私は気持ち良く目覚めた、夫も観念したのか、いつもの罵声が今日は無い、しかも黙々と身支度をしているでは無いか。ソッカァ～夫の罵声は私の小言と愚痴に漏れ無く着いていただけなんだぁ～。病院に向かう車中で夫が呟いた。「遠いなぁー、こんな山道じゃ逃げられないなよぁー」。

〇月〇日

『ピンポン』「はい」と笑顔で開けた玄関には夫が居るではないか。何度となく経験した事が甦る。驚きはしたけど、感心した自分も居た。「帰りたい。」だの「迎えに来い。」だの、私を煩わせる事なく、1人で決めて1人で帰って来た。それも何と遠い隣の県から。「どうやって帰って来たの?」「新幹線。」「疲れたでしょう。」そうよ！帰って来たけりゃ1人で帰って来れば良いのよ。

〇月〇日

息子の事が気になって仕方のない義母からは何かにつけて電話がある。一連の説明はその時なりにしていたから、今の息子は茨城県の病院の中…と。処が今宵は息子が電話口に出たから、サァ大変。「何しとっとかい、母ちゃんが送って行った病院からも出されてからに、今度は茨城とか栃木とか遠か場所のウジャウジャウジャウジャ、ㄋ※@%&\$♪Å¶「#ー」受話器を持つ夫の側の私の耳にも届く勢いの義母の声…アラァ～、かつての私が居た。

そして私に義母が言った。「妙子さん。何でちゃんと言わんとかい、ㄋ※@%♪\$&ー」と今度は私に来た。言うだけ言った、イヤ喚くだけ喚いて、いくらか落ち着いたのか、義母の最後の一言。「妙子さんはAAに行っとるから、腹立たんとねえ～。AAを止めたらあからんとよ。」…い～え、おばあちゃん。私なんか、つい先日まで腹立てて良いんだ、とっていたんですよ。

今一度、マックの活動を考える（序）

さいたまマック後援会

1975年に開設された大宮ハウス（ハーフウェイハウス：埼玉県旧大宮市）は、主に退院後、行き場のないアルコール依存症者の回復支援を行っていましたが、その活動も3年間で一応の役割を終えました。大宮ハウス閉鎖と併行して1978年6月に三ノ輪マック（現ジャパンマックJ-MAC：みのわマック）が開設され、デイケア施設としてアルコール依存症者の回復支援が継続されていきました。

1980年台半ばになると、三ノ輪マックでソブラエティ（Sobriety：素面で落ち着いた生き方）を獲得した人たちが帰郷し、地域の支援者達と共にマックを開設していきました。そして、各マックは共通した目的・使命（アルコール依存症者の回復を手助けし、彼等のソブラエティを維持促進していくためにAAグループに橋渡しする。）の下、マックグループとして互いに助け合い、研鑽し、協働しながら、云わば、兄弟施設として独立した運営を行い活動し始めていました。

2005年には、14の団体がマックグループとして独立した運営を行い活動していましたが、グループ内では大宮ハウスや三ノ輪マックの開設以来、脈々と流れ続けている理念を整理し、グループとしての共通理念と行動倫理を再確認していく必要性や今後のマックのあり方（活動、運営、組織、人材育成等）が課題に上がり、それらを協議する場の設置が必要となっていました。このような状況の下、ジャパンマック初代代表の荒井氏の呼びかけにより、上記課題の協議を行うためマックグループの施設長（回復者）や関係者（ノンアルコール）等を構成メンバーとする会議が同年7月に開催され、全国マック協議会の創設が決定されました。余談になりますが、この頃、日本マックと名乗る団体がア症者回復支援の名のもとに、利用者への人権を侵害していることが社会的な問題となり、マックグループも同類の施設として疑念を抱かれ易い状況となっていました。

全国マック協議会では、当該団体と協議会加盟団体が同一視される危険性を危惧し、社会的に当該団体と区別化をはかることも重要な課題と考え、上記の課題に対応するために、

- (1) マックグループ基本理念の作成
- (2) マックグループの行動倫理に関する基準の作成
- (3) 人材育成研修の実施

の3点を喫緊の課題として取り組みました。

このようなことを踏まえ、来年度の「さいたまマック便り」では、アルコールアディクション回復支援施設の職員として必要なモラル（マックグループの行動倫理に関する基準）を取り上げ、今一度、マックの活動を考える機会にしていければと思っています。

マックグループの行動倫理に関する基準（前文）

マックグループは、アルコール依存症者（アルコール依存症を中心としたアディクション領域での問題をもった人を指す。）にソブラエティ（飲まない生き方）を実践していく方法や手がかりを提供し、また、彼らと生活をしている（していた）家族にアディクションや家族問題の理解を深める方法や手がかりを提供する。これらのことを通して、マックグループの施設（以下、マック施設と記す）に助けを求めて訪れる人たちの考え方や行動が健康的に変化していけるよう手助けを行っていく。

マック施設ではグループミーティングと個別面談を併用した処遇を行い、時には必要に応じ家族援助（教育）も行っていく。

マックグループの基本理念はAA12ステップの理念を礎にしたものであり、それに基づく回復プログラムを提供していく援助スタッフは、主に、アルコール依存症からの回復の道を歩んでいる者（当事者スタッフ）であってAA12ステップの理念を理解し実践している必要がある。個人生活においてもAA、NA、Al-Anonなどの12ステップグループのレギュラーメンバーとしてミーティングを大切にした生活を営み、アディクションから回復している姿を示しておく必要がある。但し、上記援助スタッフは必ずしも当事者スタッフに限定することではなく、非当事者スタッフを否定するものでもない。なお、援助スタッフを含む職員のうち非当事者については、AA12ステップの理念を理解し尊重する責務を負うこととする。

後援会 1 月会計報告

収入の部	会員献金	328,500	支出の部	通信費	17,630
	賛助会員	61,000		印刷費	6,250
	法人会員	50,000		事務費	11,751
	会場献金	-		行事費	2,273
	雑収入	-		雑費	-
	① 収入合計	439,500		運営委員会	-
				② 支出合計	37,904
③ 収支差額 (①-②)				401,596	
前月繰越金				4,126,098	
次月繰越金				4,527,694	

【後援会会員募集】

暖かで家庭的な雰囲気引き付けられて訪れたマック利用者がいます。マックが醸し出す雰囲気は闇夜を照らす灯台の光のようです。この灯を照らし続けるために、私たち後援会はマックと云う灯台を支えています。一人でも多くの方が支えの環に入って頂ければと思います。

お問い合わせは、下記後援会までお願い致します。

発行：さいたまマック後援会

住所：〒337-0032 さいたま市見沼区東新井710-33

鎌倉ハイツ1階さいたまマック内

Tel & Fax：048-685-7733

ホームページ：http://www.saitama-mac.com

献金宛先：さいたまマック後援会<郵便振替>

郵便振替：00100-7-151361 さいたまマック後援会