



2023年6月号

～ 目次 ～

BBQ 感想文・写真	2
感謝の集い告知お知らせ文	4
映画が語るもの「スタア誕生」	5
スケジュール	6
はらたち日記	7
会計報告	8



『嵐山 BBQ』

Y・S

いつもマックではミーティングばかりで、たまにはどこかに出たいなと思っていた時に嵐山 BBQ、すごい楽しみでした。すごく天気良くて当日朝6時30分に家を出て、朝はやくてバス停まで歩くのがとても気持ち良かったです。みんなで桶川駅に集合していざ嵐山へ、車内でワクワクドキドキしていました。最近一週間が早くて、空が青いだとか、天気良くて気持ち



いいだとか、そういった感情が強くて嵐山につくと、風景も良く天気も良く気持ちいいなと思いました。知っている仲間がたくさん来ていて、いろんな人と話したりあいさつしたりしていました。普段あえない仲間ともあえて「久しぶりー」って言い合って、外で会う仲間は普段と全然違って、みんな笑顔で話もはずんで、時間もあっという間に過ぎていきました。鶏肉を焼かせてもらい配っていると、話したこともない仲間と知り合

い、肉を焼いてくれている人と認識してもらえたのか、これ食べてと色んなものをいただいてすごく優しさをいただきました。その日の夜に、娘の誕生日会をする予定で、まさか「早く帰ってきてね」って言われるとは夢にも思ってなく嬉しかったです。ほんとに家族の中に入っていく感じを最近実感しています。大変ですけどまた来年も参加させてもらいたいです。4月29日すごく良い一日でした。

『嵐山のバーベキューに参加して』

Y・K

嵐山の BBQ に参加することが出来ました。今年の一月位から AA 会場で開催できそうだと、3年ぶり聞いて楽しみにしていました。開催当日は晴天で風もなくバーベキュー日和でした。会場に着くと小川も木も沢山ありビックリしました。早速準備が始まり、少しずついい香りがあちらから、こちらからしてきました。焼き鳥・焼きそばと何種類も食べさせてもらいました。もうお腹いっぱいとおなかを叩いていました。落ち着いて周りを見ると、沢山の仲間もいて、声をかけて頂いたり、私からも声をかけ



させてもらいました。私から声を掛けたことに気づいて驚きました。たくさんの仲間とお話しできて楽しい時間でした。あっという間に終了の時間が来てしまいました。もう少し居たかったなと思いました。来年も参加できたらいいなと思います。参加出来て良かったです。ありがとうございました。

『BBQ 感想文・嵐山バーベキューに参加して』

Y・T

今回初めてフェローシップに参加させていただきました。今まではコロナ禍で開催が見送られたり、仕事があると言い訳をして、大勢が集まるフェローシップを避けてきました。

今回は、これがプログラムであるし、体が不自由であろうと仲間には手助けするからと仰っていただき、私自身が何かお手伝いができなくても、行かないという選択肢は自然となくなっていました。しかし楽しみより緊張や不安の方が大きく、AAメンバーの集まりということは、ステップの中にある「頑固な自我」を持った仲間の集まりであり何か揉め事が起こるのではないかと勝手に恐怖を感じていました。実際に行ってみると、自分が想像していたものとは全く違い、仲間一人一人が生き生きしており、協力し合い楽しい空間を作り上げていました。私は今歩くことが出来ず、バーベキューの準備をしている仲間を見守る事しかできず、申し訳ない気持ちが終始大きかったです。それでもこのような私の姿を見て、多くの仲間がおいしそうに出来上がった色々な食べ物を運んでくださり、感謝と同時に仲間とは素晴らしいということを感じさせてもらうことができました。日焼けをするほどの天候にも恵まれ、仲間にも恵まれ、新たな出会いもあり、気疲れしてしまったのも正直ありますが、良い一日になりました。この開催にあたり協力して下さったすべての方々に感謝します。ありがとうございます。そしてこれからもフェローシップ等のイベントには必ず参加し仲間との出会いを大切に。今日一日を積み重ねていきたいと思います。



さいたまマック 22周年 感謝の集い

日時：6月11日（日）10時00分から16時10分

場所：さいたま市産業文化センター

『回復』とは 飲まないだけではなく 人間らしい生き方ができるようになること

いつの頃からか、生きることのすべてがアルコールを中心に回っていて、人間らしく生きることができなくなっていた。

このような生き方をしていたアルコール依存症者が、どのように回復の道を歩み、人間らしい生き方ができるようになっていったのか・・・マックプログラムを修了し、回復への道を歩み続ける回復者本人がその過程を語ります。

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。

恒例の通所者・修了者による回復の歌声もお楽しみ下さい。

火曜の午後・日曜の午後、歌の練習をしていますので、修了者の皆様是非、ご参加下さい！お待ちしております。



「スタア誕生（1954年）」

「スタア誕生」という題名はよく聞いたことがあったが、内容は知らないままで、「スタア誕生（1954年）」を見て驚いた。アルコール依存症者とその妻を描いたもので何度もリメイクされた作品であった。

有名な映画スターとして活躍していたノーマン・メインは、映画基金募集ショーの舞台に酔っ払って飛び出し醜態をさらすところだったが、ジャズ歌手エスターが機転をきかせて上手にとりなし場内は笑いにつつまれる。ノーマンはエスターを探し、エスターの夢を後押し、エスターもCMソングを歌ったりしながらチャンスを待っていた。ノーマンが撮影所のナイルズにエスターの歌声を聞かせたことからミュージカル映画の主演に抜擢されチャンスをものにしスタア街道を登って二人は結婚することになる。エスターが名声を得る一方、ノーマンの人気は落ち酒に溺れる日々が続くようになる。

ノーマンが療養所に入った頃、エスターはナイルズに助けを求め、「助けようと心からつくしたわ」「あなたは長い付き合いでしょ、助ける方法はないの」「ズルズル落ちていくあの人を見るのが辛い」「落ちていく彼が憎い」「助けられない自分を恨む」と。ナイルズは仕事を探してみると言い、エスターは「あの人にはプライドしかないの」と言う。

ナイルズは映画に出演しないかとノーマンを誘うが、主役でないとなると他の映画会社から話が来ていると断る。退院後ノーマンは再飲酒し飲酒運転で事故を起こし留置され夜間法廷でエスターの保護下に置かれる。エスターが引退してノーマンの側にいたいとナイルズに話しているのをノーマンが聞いてしまい、沖に向かって入水自殺を図る。

うちひしがれて家に籠るエスターに出会いの仕事「映画基金募集ショー」の出演が迫り、「ノーマンが達成できたのは君への愛と君の成功だけ。君は仕事をやめてノーマンの存在を無にしたいのか」とせめられ会場へ。

舞台上上がったエスターは、聴衆に「こんにちは皆さん、ノーマン・メインの妻です」と話しかける。175分と長く視聴覚教室では使えない映画ではあるが依存症者を愛した人には是非見てもらいたい一作である。

6月の通所者プログラム

- 1日（木）調理実習
- 8日（木）特別ミーティング
- 10日（土）スポーツプログラム（障害者交流センター）
- 11日（日）さいたまマック 22周年感謝の集い（さいたま市産業文化センター）
- 24日（土）視聴覚プログラム
- 27日（火）マック便り発送
- 29日（木）ビジネスミーティング

6月のスタッフ渉外活動・自己啓発活動

- | | |
|--------------------------|-------------|
| 2日（金）家族ミーティング | 19:00~20:30 |
| 3日（土）マック利用案内 与野中央病院 | 13:45~15:30 |
| 家族ミーティング | 18:00~19:30 |
| 7日（水）マックダルク連絡会 | 18:30~20:30 |
| 8日（木）マック利用案内 久喜すずのき病院 | 13:30~15:00 |
| 13日（火）職員研修 | 15:30~17:00 |
| 14日（水）家族教室 済生会鴻巣病院 | 15:30~17:00 |
| 16日（金）家族ミーティング | 19:00~20:30 |
| 17日（土）家族ミーティング | 18:00~19:30 |
| 28日（水）マック利用案内 県立精神医療センター | 14:00~15:00 |

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

「今晚なににする?」「そうだなあー、今日は天婦羅でも揚げてくれるか!」普通どこにでもある普通の問い掛けに、普通どこにでもある普通の受け答え。その『普通』がいつの間にか静かにゆっくりと通じなくなった我が家の関係性。静かにゆっくりとが、いかにも恐ろしい。それがまた何時の頃からか、共通に話せる普通の言葉。通じ合える言葉の有り難さ、お互い確認し合ってるいるではありませんか。それも「今晚なににする?」だけで今日の夕飯のおかずである事が見事に伝わる共通語。そんな夫婦の会話は当たり前の事であるはずですが、その当たり前が成立しない家庭でした・・・過去形に敢えてしたい私です。

それまでの我が家の常識は『それ』とか『これ』とか『あれ』など一切通じない、理解し合えないイヤ理解する思い遣りなど全く無い館でした。

ただしアルコール依存性者本人の希望する『それ・これ・あれ』は家族一丸となって理解しなければならぬ『掟』がありました。自分の意のままに運ばない事は許せない生き物が約一名、でっかい態度で横たわっておりました。その側には甲斐甲斐しく横たわらせて置く生き物が、これまた約一名。

アル症者を取り巻くその屋根の下には人だけでは無く、犬も猫も全ての生き物が怯えている毎日。それは自分を護るために忖度していた私が張本人でした。

何でも良いから『はい』と返事しておこう。面倒だから『はい』と言って済まそう。

下らない話を聞かされるから適当に『はい』と言って終わり。

無責任で適当な私の生き様を子供も犬も猫も皆みんな見ていたに決まっています。

アルコール依存性者がいくらお酒を飲んでいたとしても、どんな理不尽な生き方をしていたとしても、巻き込まれる事なく私を生きたい、生きなければと切実に感じるこの頃でした。

「今日の夕飯は天婦羅にしてくれ」と・・・会話は見事に成立したのですから、これ以上の欲張りは止めよっと。

後援会4月会計報告

収入の部	会員献金	268,000	支出の部	事務費	16,439
	賛助会員			印刷費	8,400
	法人会員	50,000		通信費	244
	会場献金	-		行事費	
	雑収入	-		雑費	32,017
	① 収入合計	318,000		② 支出合計	57,100
				③ 収支差額 (①-②)	260,900
			前月繰越金	736,264	
			次月繰越金	997,164	

【後援会会員募集】

暖かで家庭的な雰囲気を引き付けられて訪れたアルコール依存者がいます。マックが醸し出す雰囲気は闇夜を照らす灯台。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おります。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