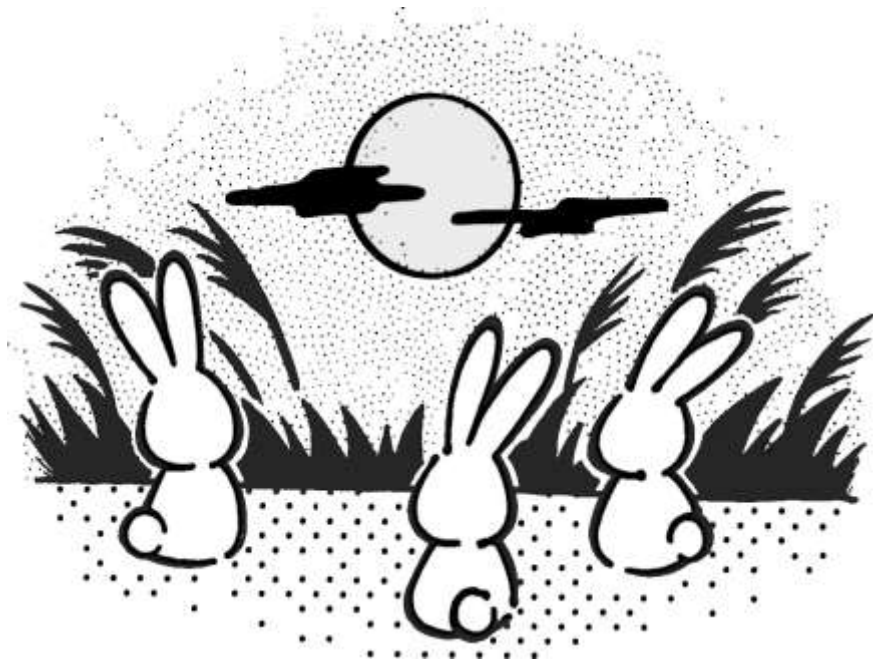




2023年9月号

～ 目次 ～

調理実習感想文	2～4
映画が語るもの	5
スケジュール	6
はらたち日記	7
会計報告	8



調理実習感想文

「調理実習を終えて」

K・I

青椒肉絲は素を使ったが、ピーマンを切り豚肉をした下処理し炒めて作ったが驚くほど旨くできた。杏仁豆腐も素を使った。

惣菜として買わなくても自分達で美味しく作れたので自宅でも作ってみようと思う。自信になりました。



「調理実習の感想」

T・K

自分は以前別の施設にいて、そこで調理は覚えたのですが、今一人暮らしになって自分のためだけに料理をするのが空しくて、料理してなかったです。

今日久々に仲間と料理しましたが、仲間と一緒に料理を作る楽しさを思い出すことができました。また調理実習をしたいです。



「ワクワクドキドキの調理実習」

Y・K

毎月、月一回調理実習があります。

家で作りたい物、作ってみたい物を仲間と話し合い相談して決めます。材料を決め、買い出しをして調理実習になります。毎月、ワクワクドキドキしながらしています。いざ始めると一致団結。フライドポテトを作った時も「さいたまマックのポテト」などと笑いながら作っています。盛り付けも仲間と相談して決めています。仲間と一緒に作ったご飯はとても美味しいです。食べ終わると次は何を作ろうかと楽しみになってしまいます。また調理実習をしたいです。

「調理実習」

Y・S

今まで調理実習は、思い通りにならずイライラして好きじゃなかったです。

何とかしようとカラ回りし、「なんで俺だけ」となってしまうのです。今回リーダーにおまかせし、できる所はやらせてもらう、それぞれ得意、不得意がある、自分が自分がしないで、自分にできる所を手伝わせてもらうよう心がけてやりました。不思議とストレスはあまりなく、前とはちがった調理実習になりました。

自分がどうにかしようと思って望む調理実習より、今回心がけてやる調理実習の方が気持ち的にも、頭の中もすごい楽でした。

みんなで作ったご飯は美味しい事。次回も、意識して調理実習に望みたいと思います。お腹いっぱいになりました。



映画が語るもの

視聴者の気付きと成長

こういう仕事をしていると相手の人柄が気になる。数年前に知り合った若い相談員さんがとても気になって、「なぜだろう」と内省してみたことがあった。その相談員さんの人の気持ちの読みの深さに感銘している事に気付いた。親しく話すようになって、映画好き、読書好きで旦那様が脚本家であることが分かった。「なるほど！」と腑に落ちた。対人関係をしている人たちや小説家の人たちの中に天性の才に恵まれた人がいる。そういう人たちは著名な小説家や精神科医になる。羨ましい限りである。

私のような才を欠く支援者が人間理解の能力を磨くためには、映画を見、読書をし、感性豊かな人と付き合うことが必要であると思った。

亡き父から聞いた話であるが、香川県の三光病院の津田院長先生は京都大学の井村恒郎先生から、「医学書ばかり読んでいないで優れた文学作品を読まないと人間のことは分らんよ」と言われたそうである。私はロールシャッハテストの大家であった片口先生から「心理士の心理知らず」と言われた記憶がある。

若い頃、ヘルマンヘッセの小説を読むとその情景が頭の中に浮かんでくることがあったが、いつしか衰え活字の意味がやっと理解できる程度になった。そんな時間にアルコール依存症を描いた映画をビデオで見るようになり、それを院内断酒会で上映するようになった「28days」や「男が女を愛する時」などは数十回見ているはずであるが、今になっても新しい気付きがある。「偉大な本は読者の成長に従って成長する」という言葉があるが、納得できる体験である。

「酒とバラの日々」では、ショーウィンドウに映った自分の姿を見て、「この乞食は俺なのか」と気付き回復の一步を踏み出す主人公と汚いものは見たくない拒む妻が描かれている。

当事者も援助者も素直に心を開いてみると回復や成長に役立つものが転がっているように思う。

9月の通所者プログラム

- 3日(日) AA 上尾G ステップセミナー(上尾市文化センター)
- 7日(木) 調理実習
- 10日(日) AA 埼玉東地区の集い(上尾市文化センター)
- 14日(木) 特別ミーティング
- 17日(日) AA 南浦和G OSM(さいたま市産業文化センター)
- 21日(木) マックダルク合同オンラインミーティング
- 23日(土) 視聴覚プログラム(施設内)
- 26日(火) マック便り発送
- 28日(木) ビジネスミーティング

9月のスタッフ渉外活動・自己啓発活動

- | | |
|------------------------------|-------------|
| 1日(金) 家族ミーティング | 19:00~20:30 |
| 2日(土) マック利用案内 与野中央病院 | 13:45~15:30 |
| アルコール問題援助者トレーニングプログラム(2) | 10:00~16:00 |
| 家族ミーティング | 18:00~19:30 |
| 6日(水) マックダルク連絡会 | 18:30~20:30 |
| 12日(火) 事例検討 | 15:30~17:00 |
| 13日(水) 家族教室 済生会鴻巣病院 | 15:30~17:00 |
| 14日(木) マック利用案内 久喜すずのき病院 | 13:30~15:00 |
| 15日(金) マック利用案内 済生会鴻巣病院 | 14:00~15:00 |
| 家族ミーティング | 19:00~20:30 |
| 16日(土) 家族ミーティング | 18:00~19:30 |
| 19日(火) 家族教室(本人) 県立精神保健福祉センター | 13:30~15:00 |
| 22日(金) アルコール関連問題連絡会 | 18:00~20:00 |
| 26日(火) 家族教室(家族) 県立精神保健福祉センター | 13:30~15:00 |
| 27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

今度はどうしたの？何を始めたの？

『思い立ったら吉日』の諺は夫の為の文言で有るかのように敏速そのもの。その行動は今も色褪せる事なく所々に出没するアルコール依存性の影下であります。

さてさて始まりました。座卓に並べた宝物は、後生大事に暖めていた印鑑台の数々。

「これだよこれ、成人祝いは、これに限る！！」うん？『成人の祝い』って誰？どこの人？

聞けばなんと我が家の子供等だと？？？

26歳24歳23歳21歳。どこにも成人式に該当する子はいないのに。

「俺は子供等の成人祝いなんて何一つ考えもせず飲んでばかりいたなあ、全部任せっ放して本当にお前には申し訳なかった。」としみじみと語りだした。

「男の子達には象牙、女の子2人には水晶、お母さんには蒔絵のこれ、皆に作ってやるからな！」

なおも話は続きまして「お母さんには大変世話になったから2つ作ってやる、なっ！良いだろうホウこれ！」夫が大事に使っていた蓋付きの象牙の判子を差し出し、「俺はもう使わないから堀直して貰おう。」とこれまた誇らしげ気に語るのです。

〇月〇日

書家の従弟は、一万円札や五千円札に押印してある印鑑の彫刻家と知り合いと聞いたことがあった。

この度の印鑑はそこに発注したいらしく従弟と真剣に電話をした結果、その方は余りにも高額なので、そのお弟子さんに依頼すると決めたいらしい。しかし桁外れに高額である事は間違いない。

近所の名刺も作ってくれる判子屋さんに頼んじゃダメなの？どうして、何でなの？私には解せない解らない理解出来ない摩訶不思議。

しかし言葉の端々に『形見』の二字が見え隠れして何も言えない。

後援会7月会計報告

収入の部	会員献金	147,000	支出の部	事務費	10,865
	賛助会員	40,000		印刷費	6,000
	法人会員	50,000		通信費	20,691
	会場献金	-		行事費	
	雑収入	-		雑費	937
	① 収入合計	237,000		② 支出合計	38,473
				③ 収支差額 (①-②)	194,507
				前月繰越金	1,359,797
				次月繰越金	1,558,304

【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