

2024年5月号

～ 目 次 ～

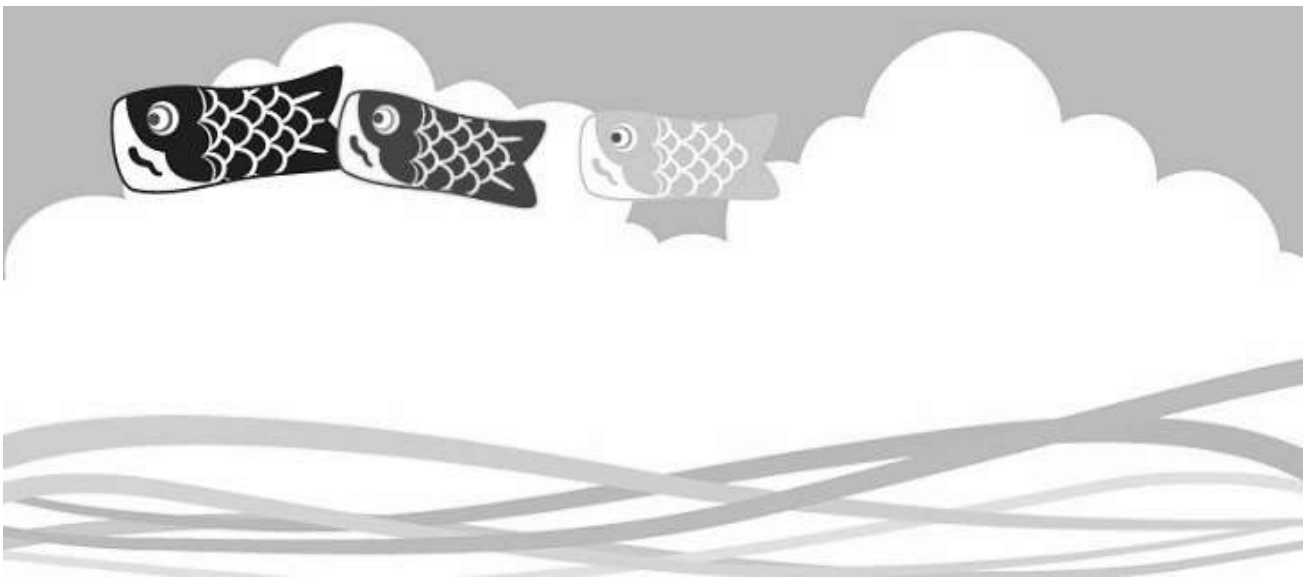
編集委員会の今日1日さいたまマック

密着レポート・・・2～5

スケジュール・・・・・・・・・6

はらたち日記・・・・・・・・・7

会計報告・・・・・・・・・8



編集委員会の今日1日さいたまマック密着レポート

今月は編集委員会がマックの日常プログラムをレポートいたします

「おはようございます٩(*´ω*)٩」

みなさん次々と通所してきます



ラジオ体操を一緒にやって写真を撮り忘れちゃった😅

みんなで朝の掃除

掃除機かけ トイレ掃除 洗濯 小鳥と金魚の世話

編集者も利用者のリーダーに指示をいただいて

拭き掃除をいたしました



ピカピカになりました😊

綺麗になった所で午前のミーティングがスタート

今日は『ステップ2』

皆さん、真剣な分ち合いです



ミーティングが終わって昼食です

ボランティアの方に作っていただきました

今日の献立は唐揚げ

大変美味しくいただきます



みなさん元気に沢山食べています
ごはんが無くなるまでおかわりは自由！



個々に食べ終わった食器を片付け
お昼休憩は昼寝したり
ギターを弾いたり
病気について自分の話をしてみたり…



午後のミーティング開始です
テーマが「歪んだ考え」でした
皆さん自分が育った環境など真剣にお話していました



ミーティングが終わって自由な時間に入る前に灯油の補充など明日に向けての準備を協力しながらされていました。

編集者も 10 年振りに利用者さんと肩を並べ一日プログラムを取り組ませていただきました。

懐かしい感じもしましたが、何よりも私自身が通っていた時と同じ雰囲気
で時間が流れていたのがとても嬉しかったです。

職員の皆様と利用者さんがさいたまマックのアットホームな雰囲気を大切にしているのを感じる事が出来ました。

自分で自分の面倒がみれていると勘違いをしながら生きていた自分には、
このマックプログラムが必要だったこと。

私もこの温かさに守って貰いながら今日まで生きていることを改めて感じ
させていただきました。

利用者の皆さんと職員の皆様のご協力で 1 日密着を楽しく終わることが出
来ました。心からありがとうございました。

5月の通所者プログラム

- 2日（木）調理実習
- 5日（日）嵐山バーベキューフェロー
- 9日（木）特別ミーティング
- 11日（土）スポーツプログラム
- 16日（木）マックダルク合同オンラインミーティング
- 25日（土）視聴覚プログラム（施設内）
- 28日（火）マック便り発送
- 30日（木）ビジネスミーティング

さいたまマック感謝の集い 合唱練習が始まりました。

毎週火曜日と日曜日の午後13時30分より

合唱の練習を致しております。

皆様のご参加をおまち申し上げます。

5月のスタッフ渉外活動・自己啓発活動

- | | |
|--------------------------|-------------|
| 1日（水）マックダルク連絡会 | 18：30～20：30 |
| 3日（金）家族ミーティング | 19：00～20：30 |
| 4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 |
| 9日（水）マック利用案内 久喜すずのき病院 | 13：30～15：00 |
| 14日（火）事例検討 | 15：30～17：00 |
| 17日（金）マック利用案内 済生会鴻巣病院 | 14：30～15：30 |
| 17日（金）家族ミーティング | 19：00～20：30 |
| 18日（土）家族ミーティング | 18：00～19：30 |
| 22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

九州に行って10日が過ぎた頃「明日帰るから」の電話。

『今・すぐ・即』の行動が常識化している我が家に於ては、小旅行と入院準備は常に用意万端。

『備えあれば憂いなし』

ですから、空港に迎えに出るのも想定内。

アル症殿の『尻拭い』より『お先払い』する方が家族の病としては重症化してるんですねえ～
きっと！！

〇月〇日

良いお顔でのご帰還

「お帰りなさい！」「仕事大丈夫だったか？」

10日間の出来事を聞き出そうとする、にわか主と会話をしながらの帰路。

「おばあちゃんありがとうございました。今、家に着きました、お世話になりました。」義母は受話器の向こうで号泣。そして語り始めました。

「こんなに身体が悪くなるとは思わなかった。あんな酷い事言わなければよかったねえーと父ちゃんと話しとったばい。すまなかったと父ちゃんと謝ったばい。」
と悔やむ言葉が続いた。

かつて飲んでる最中の親心？諭し？説教？は確かに常軌を逸していましたよねえー。

「お前が死んでも、哀しむ者も悔やむ者もおらんけん。国交の無い国に行って禿鷹にでも喰われて早よ死んでくれんかい。」・・・この禿鷹論争は切なかった。

そこまで言わなくともいいじゃない。私もそんな風に考えた事はあったけど、私はそこまで罵らなかつたわよ。と違いを探して慙然とする(笑)。

今、初めて優しい言葉に触れて、私も優しい気持ちになれました。

貴方が一人で九州に向かった意味は？

何かの帳尻を合わせに行ったの？何かを伝えに行ったの？何かを訂正しに行ったの？

貴方が両親に一人で逢いに行った気持ちが、薄っすら解ったような気がします。

あくまでも薄っすら・・・本当の理由など誰にも解るはずがないし、解ってはいけない。

人は急に変われる訳など有りませんが、今日の3人の『絆』は信じてます。

その方が私が幸せだから。

後援会 3 月会計報告

収入の部	会員献金	101,000	支出の部	事務費	9,127
	賛助会員	5,000		印刷費	6,600
	法人会員	50,000		通信費	19,602
	会場献金	-		行事費	-
	雑収入	-		雑費	621
	① 収入合計	156,000		運営委員会	-
				支出合計	35,950
		② 収支差額 (①-②)	120,050		
		前月繰越金	847,273		
		次月繰越金	967,323		

【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