

SSKW

NPO 法人 横浜マック

ニュースレター

2018. 11. 17

横浜マックは、アルコール・薬物依存症者の回復と社会参加を支援します。
横浜マックのいろいろな話題をネット:横浜マックで検索してね!

旭ふれあい スポーツ大会 参加報告



2チームを作り、卓球大会に参加してきました!



チーム5人の「総得点」で勝敗が決まります！

キャプテンより報告

「参加することに意味がある」と言い聞かせて臨んだが、やはり負ければ悔しい。

MACからは2チームが参加した。結果は審判も苦笑いのMAC同士の最下位決定戦となってしまった。もともとの練習量が違う、経験者がいない等、言い訳はたくさんあるが、残念な結果となってしまった。

卓球用のユニフォームやシューズを揃えて参加する本格的なチームから、うまくすれば何とか勝てそうなチーム等、色々な施設からの参加があった。

順位だけを見れば残念な結果だが、実際に試合に出て体を動かし、協力して応援等が出来たことは良かったと思う。

今回、メンバーが大会直前にしか決められない等、バタバタだった。事情も分かるが、ある程度は準備と練習をして臨みたかった。

K・T

大活躍の選手からの報告です。

一回の練習に出させて頂き、ぶっつけ本番に近い形で大会に出場させてもらいました。

卓球の練習では、なんとか打ち返す事が出来ていたので、1戦か2戦位は出来るのではないかと根拠の無い自信の様な物がありました。その自信を挫かれるのには時間はあまりかかりませんでした。

初戦、2戦目共に個人で敗退しました。卓球の練習の時には、仲間で打ちやすい球を意識して返してくれていたのだと痛感させられました。

3戦目ではまぐれで勝たせて頂いたような気持ちでした。勝つとこういう気持ちになるんだと、初めて知りました。相手には申し訳ないですけど嬉しかったです。4戦目ではマックのAチームとBチームのビリ争いでした。負けたくなかったです。でも、11対0で完敗でした。悔しくて、お菓子のチョコビーを全部たいらげました。



強い相手ばかりでしたが、頑張りました！

1・0



仲間の応援が、大きな力になります！

お誕生日を祝ってもらいました!

「誕生日会」

今年も自分の誕生日を仲間と共に、マックの仲間、職員さんに祝ってもらいました。

その中で進行役の方より「今までに最高の誕生日会をしてもらった事がありますか?」との問いかけに私は思い出していたが・・・無い。

ケーキも、年の数のローソクも無い。あったのは母が祝い事で買いに行く和菓子屋さんのお赤飯だけ。だから嬉しくも無かった。成人してからは、飲み屋(スナック)で祝ってもらった事があるが、嬉しくも無くただ酔っぱらっているだけ。よくよく考えた末、「今が最高の誕生日会です」と答えていた。たぶん、これから先も、この日の様な心から嬉しく思える誕生日会は無いと思う(AAのバースデイとは違う)。マックの誕生日会といえばロールケーキにローソク1本が定番なのに、この日はショートケーキにローソク。とても嬉しかった。隣に座っている仲間と共に喜んだ。

風景を選ばせてもらった二つ目の「小さな祈り」。

良き思い出をマックの仲間、そして職員さん。本当にありがとうございました。



横浜マックからのプレゼントで差し上げている、
「小さな祈り」です。

みのわマックセミナーに参加しました

11月10日に開催された、みのわマックセミナーに参加しました。スピーカーをされた方々は、自分の事を正直に話されているなと思いましたし、支援者の立場からのお話も聞いてよかったと思います。



S・Y

グループホームに引っ越しました



いしずえに入居して、マックまでは近いのですごく楽になりました。

部屋は綺麗で一人部屋なので、すごく快適に住んでいます。

夜は静かですので快適に寝ております。風呂も大きく洗面、トイレなども多いので住むには最適です。

私は現在1Fに住んでいるので庭もあり自然環境も最適と思います。陽当たりも良く洗濯物もよくかわきます。

T・W

俳句教室 「お気楽の会」

兼題 風 特選句

秋風や心揺るがす流れ雲 和知

秋あかね流した涙風になれ 月灯 雫

準特選句

爽やかな追い風に乗り心翔ぶ 野風

佳作

台風が強風に飛び病無し 白鳥 蘭

そよそよと風に落ちたる紅葉かな 労司

錦秋が水面に揺れて風を見る 空知

秋風や考えること常俳句 螢

青雲の風にゆるるる秋桜 八八

今回の兼題は「風」でした。プログラム初参加の方の句がいきなり特選の句に選ばれるという驚きの展開。これもこのプログラムの楽しさかもしれません。盛り上がった句会でした。

このニューズレターが皆さまのお手元に届く頃には展示が終了してしまっていますが、11月20日（火）から11月26日（月）までの間、旭区民文化センター「サンハート」の俳句会作品展にて、皆さんの俳句が展示されました。

～編集後記～

実は私、今年度から横浜マックの職員になり、この度生まれて初めて「卓球」なるものに挑戦しました。今回の卓球大会のキャプテンに胸を借りつつ、一緒に練習させていただきましたが・・・楽しいですね！しかし、負けず嫌いな性格なもので、練習とはいえ負けるのが悔しくて。どこかで練習をしつつ、次回までに腕を磨いておこうかな・・・とたくらみ中です。目指せ、打倒キャプテン！

もう、冬が目の前に迫っておりますが、風邪などひかないよう、身体に気を付けてお過ごしください。

職員 A

平成 30年 10月 利用者

所属		新規利用者	継続利用者	合計
病 院	神奈川病院	1	2	3
	久里浜病院	0	1	1
	せりがや病院	0	0	0
	大石クリニック	0	1	1
施 設	まゆの家	0	2	2
	いしずえ	1	3	4
福祉保健センター	1	10	11	
知 人	0	0	0	
ネ ッ ト	0	0	0	
そ の 他	0	0	0	
合計	3	19	22	

利用者合計		
男性	女性	合計
15	7	22

利用者年齢別内訳			
10代	20代	30代	40代
0	0	5	11
50代	60代	70代	合計
5	0	1	22

修了者内訳			
就 労	A	A	その他
2	0	0	2

中途退所者内訳			
入院	他施設	その他	合計
0	1	1	2