

SSKW

横浜マックニュースレター

2019. 4. 16

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で横浜マックで検索してね！

4月6日「横浜マック春季ステップセミナー」 を開催しました

横浜市旭区鶴ヶ峰、旭区役所 4 階 旭公会堂で多数の参加を頂き盛況に開催する事が出来ました。ステップの「1～3」を利用者の方にステップ4～12をマックの卒業生や回復メンバーにスピーチをお願いしました。体験、実践した貴重なお話を沢山頂きました。



ステップ12
豊子さん



ステップ10～11
ビルさん



ステップ8～9
エリカさん



ステップ6～7
けいたさん



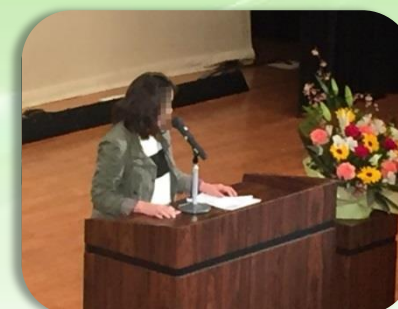
ステップ4～5
きよみさん



ステップ4～5
但馬さん

ステップ1～3

4月6日に行われた横浜マック春季ステップセミナーに参加しました。今回はスピーカーとして話す機会を頂きました。壇上で話すのは初めての経験で緊張しましたが、何とかやれたかなと思います。終わってみれば、意外とアツと言う間でした。「良かったよ」と褒めてくれる方も何人もいて、素直に嬉しく、やって良かったと思いました。 S・Y



二度目のスピーカーを終えて。2月の旭区精神福祉セミナーでスピーカーをさせて頂いた時は、どうしよう～どうしよう～ばかり、文章を書いたのでは止めての繰り返し結局、職員さんが言っていた「マイクの前に立てば話せる!!」本当でした。でも、話し終えたけど全身の震えはしばらく止まらなかった!! 二度目のマックのスピーカーを頼まれた時は「嫌です、出来ません」は言えなかった。今回は開き直りでした。同じ話（内容）だけど私の繋がった原点。本当に正直に大勢の人達の前で話せて良かったです。又スピーカーをしたいとは思はないけれど私にも出来るんだと自信じゃないけど…実感できました。 Y・I



平成最後の横浜マックセミナーが4月6日行われた。スピーチをさせて頂いて感謝している自分がある。大勢の前で、今日一日、飲まない一日を継続する事を約束出来たのだから、お酒が大好きな自分、肝硬変を患っても飲んでた自分に対して猛省する事も出来た。仲間のスピーチも勉強させられる事が多く実りある一日であった。今後もセミナーには積極的に参加して行く所存である。

N・T

4月5日 RDP 横浜リカバリーセミナー（仲間向け）に参加して

昨年12月25日 エルプラザ（石川町駅）で開催された「クリスマス会」（横浜マックも参加）当日の様子をドキュメンタリー調に撮ってスライドショーで見せた一連の映像は、RDP 横浜の利用者さんたちの笑顔にあふれた非常に興味深いものでした。利用者さん自らも言いましたが「回復の道」のセクションは別にして（一部修了生が行う事もあるようだが）他のプログラム（調理、運動、旅行等）に利用者が主体となり企画や運営等に積極的に携わる姿勢は今後の酒や薬等を使わない新しい生き方をして行く上において大いに役に立つ事だと思います。そんな RDP 横浜の利用者さん達と私個人的には今年どこかのタイミングでソフトボールの試合が出来ればなあ～とひそかに思っています。 M・N



新任職員紹介

この4月より事務局に入社しました名取です。

大学を卒業後神奈川県職員（福祉職）として採用後38年を経て、定年退職となりました。知的障害児・者の施設利用者のサポート関係17年生活保護関係19年児童相談所2年を経験しました。色々失敗の連続でした。生活保護のCWになって初めての訪問では先ず駐車場に行き「車の鍵が開かない！」とSVに助けを求めたところ水道局の車でした！（開かないのは当たり前）。やっとのことで訪問に行ったのですが、間違えて隣の家の倉庫に入りその家の方に注意を受けたりと今思い出しても赤面してしまいます。でもどうにか定年まで過ごせたのは周囲の職員の支援と共に対象者からの応援もあったように思います。成功体験より失敗体験の方が自分の肥やしになる！と自分に言い聞かせながらやってきました。これらの経験が「横浜マック」でどのくらい活かされるのか分かりませんが、あまり失敗を恐れないで賑やかにやっていければと思います。よろしくお願いします。

横浜マック・マイケア・センター
横浜マックバーベキュー会のご案内
「OB・OG・関係者と利用者の交流会」

皆さんお元気ですか、毎年恒例のバーベキューの季節になりました。今年は下記の日曜を開催いたしますので、どうぞお気軽にお誘い合わせの上ご参加ください。

- 日 程 令和元年5月19日（日）
- 集 合 9：30 相鉄線相模大塚駅改札口
- 場 所 大和市東の森公園キャンプ場
- 交 通 相鉄線相模大塚駅下車徒歩10分
- 時 間 10：00～15：00
- 参加費 送所者¥500- / OBや関係者¥1,000-

スケジュール
 ・10：00～11：00 準 備
 ・11：00～13：30 バーベキュー
 ・13：30～14：30 1時間ミーティング
 ・14：30～15：00 換片付け
 ・15：00 解 散
 ※雨天の場合はマックで行います

お問い合わせ：横浜マックマイケアセンター / TEL 045-366-2650

★3月会費・献金者 献品者★大桃康義 日本キリスト教会横浜マックを支援する会 溝口泰子 北村美知子 山手カトリック教会福祉委員会富士カトリック教会病者の会 国島豊子（敬称略）

その他匿名の方々に会費、献金、献品を頂きました。

★5月～ 行事予定★

- 5月19日（日） バーベキュー（泉の森公園）
- 5月2日（水） アル施連ソフトバレーボール大会（等々力アリーナ）
- 5月25日（土） 2019年度 横浜マック通常 総会
- 場所 パレット旭 多目的研修室 13時30分開始
- 5月27日（月） 旭区ふれあいスポーツ卓球大会（旭スポーツセンター）

☆ 病院メッセージ

- よしの病院 5月3日 第一金曜日
- 久里浜医療センター 5月9日
- 誠心会神奈川病院 5月10日・5月24日

3月俳句「お気楽の会」 兼題「春」

＊特選
 春雨や一つの傘に肩寄せ
 回復を夢見る家族春を待つ
 眩しさと春のメモディーやっと来た
 ひらひらと桜舞いゆき手を伸ばす
 春障子新たな破れ覗く先
 春眠や夢のまた夢私には
 ＊優秀
 飼いだの止まった先が桜の木
 春風と野毛の小路に曲芸師
 一枝に潜む魔物か春の香
 彼岸入り今も帰れぬふるさとへ
 ぶかぶかの兄のお下がり春の朝
 春の夢追われ覚めては安堵感
 時来たとブレスも忘れて雲雀鳴く
 卒業や古き校舎の思い出よ

乃無燦 直樹 白鳥蘭 月灯零 緑 野風
 ラオウ 清雲 行雲 八八 緑青 茶丸 空知 芳司

通常総会のお知らせ

2019年度通常総会を次のとおり開催いたします。通常総会は、横浜マックの運営について会員の皆様と直接意見交換ができる機会です。是非ともご参加ください。

日時 2019年5月25日（土） 13時30分

会場 パレット旭 多目的研修室

- 議事 第1号議案 2018年度事業報告
- 第2号議案 2018年度決算報告
- 第3号議案 2019年度事業計画（案）
- 第4号議案 2019年度予算（案）
- 第5号議案 役員の変更
- 第6号議案 その他

平成31年3月 利用者			
所属	新規利用者	継続利用者	合計
神奈川病院	0	2	2
久里浜医療センター	0	0	0
精神医療センター	0	0	0
大石クリニック	0	0	0
聖マリアンナ川崎	0	1	1
あさひの丘病院	0	1	1
まゆの家	1	3	4
いしずえ	1	5	6
福祉保健センター	0	7	7
知人	0	0	0
ネット	0	0	0
その他	0	0	0
合計	2	19	21

利用者合計		
男性	女性	合計
14	7	21

利用者年齢別内訳				
10代	20代	30代	40代	
0	0	4	7	
8	2	0	21	

修了者内訳			
就労	A	A	その他
0	0	0	0

中途退所者内訳			
入院	他施設	その他	合計
0	0	1	1

発行
 特定非営利活動法人障害者団体定期刊行物協会
 〒157-0073 東京都世田谷区砧6-26-21
 定価¥100円