

SSKW NPO法人

横浜マックニュースレター

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。 2024年7月26日
横浜マックのいろいろな話題はネットで“横浜マック”で検索してね。

女性が鎌倉散歩に行っている間に、男性は男性だけの鍋会を開きました。男子は普段あまり料理をしない人が多いですが、いざ鍋になると、ワイワイガヤガヤと皆で協力しながら手がけました。

完成した鍋を皆で実食、普通に美味しかったです。調理プログラムの時とは少しだけ違った楽しさがありました。みんなで作って、みんなでワイワイと食べるのが、美味しく食べる何よりの味つけなのかな？今回は鍋を作ったので次はカレーライスかな。

鍋会について T・K

先日、マックで鍋会をやりました。2種類のパターンで1つは肉系、もう一つは魚系でした、どちらも最高の出来でした。色々な具材で非常に良かったです。みんなで、ワイワイと楽しく食べました。やはり鍋は1人で食べるより、大勢で食べた方がおいしく感じられました。というより、本当においしかったです。

酒、を飲んでいても鍋は食べた事はありませんが、どうしても酒中心となり、あまり鍋は食べられなかったです。最後のシメも、もちろん食べれませんでした。鍋の味も途中から分からなくなりました。今現在は酒を飲んでいないので鍋の食材をおいしく感じられるのは非常にしあわせだと感じました。

今後も断酒を継続して、食事をよりいっそう楽しみたいと思います。



最期に
お肉を入れて、
できあがりです。
豚肉です →→



お魚さん
メインのメニュー
の鍋です →→→



鎌倉散策 M・K

私は紫陽花という花が苦手でした。特に、陽光に照らされ続けて、乾いて色褪せて行くのを見るのが苦手でした。ですから、この時期の鎌倉散策につきものの紫陽花には興味を持ってませんでした。興味があるのは、いも吉のソフトクリームだけでした。

散策当日は快晴でした。うだるような暑さを覚悟していたものの、鎌倉の空気はどこか涼気を含んでおり、特に円覚寺では随所に風が吹き抜けていました。仲間から、鎌倉に幕府が開かれたのには独特の地形が関係していた事を聞き、この涼気や風も地形に依るものかと思って、調べてみたいと思いました。

円覚寺から浄智寺へ歩いて向かい、切り通しの竹林を抜けて小町通りで海鮮丼、その後自由散策というのが予定されたコースでした。コースは利用者で話し合っ決めてました。

一番楽しかったのは円覚寺です。人間の寿命よりうんと長生きのヒノキ系樹木や、ナゾのお地蔵さん達など、心惹かれる物がいくつかありました。鎌倉散策も悪くないと思いました。

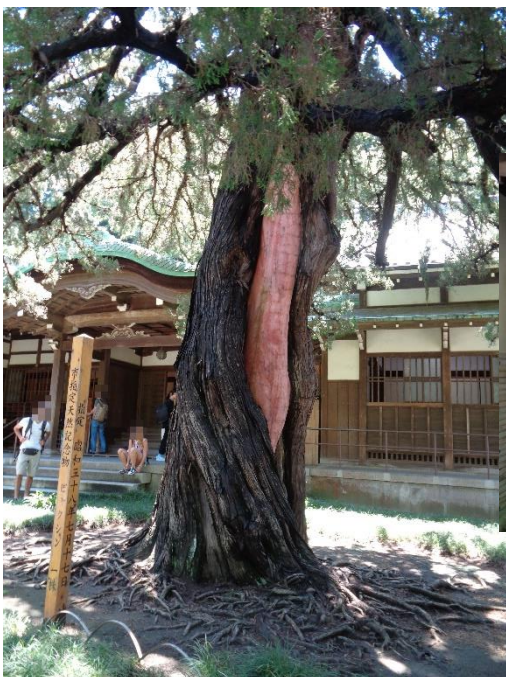
しかし、歴史や風土、風俗、植物に関する知識が自分にもっとあれば、もっと楽しめるのにな、とも思いました。

いも吉のソフトクリームも期待通り最高でした。前年度からの値上がりで一抔の不安を覚えたものの、そこは今日一日の精神です。

儂げなイメージであった紫陽花も、間近で見ると思ったよりも丈夫そうで、前日の雨を受けて明るく楽しそうに咲いていました。薄幸そうな人が意外に骨太であったような、そんなギャップに好感を覚えました。

結論としては、鎌倉散策はとても楽しかったです。“好き”が一つ増えるのは、世界が少しだけ広がる気がします。

また訪れたいと思いました。



浄智寺を
のんびり散策



← 鎌倉第一の巨木の
コウヤマキ
竹林で森林浴！ →



今年の散策は北鎌倉駅から鎌倉駅まで歩き、鎌倉の風を満喫しました

円覚寺・浄智寺・亀ヶ谷切通しを抜け、定番の小町通りの海鮮丼、ソフトクリームへ🍦
 天気にも恵まれ、女性だけのプログラムならではの日常とは違う豊かな一日を過ごすことができました。



お気楽の会 6月の俳句
 兼題 「陽」 または自由

特選 ハムスタヤビール片手に崎陽軒 乃無燐

準特 シマウマや蠅打ち振る尾メトロノーム 山田

陽だまりで蛸蚪と一緒に泥遊び 空知

紫陽花の古刹かかん照りの列 緑青

陽だまりを求め重なれ初夏の亀 うちむろ

街の灯と斜陽にとける薔薇の色 ふゆ

素足にて若結つかみ孫はしゃべ 藤田

黒南風や斜陽に沈む直売所 幸千

風鈴の音聞きながら添寝する 文太

富士山を背負うコンビニ梅雨休み 順

落ちるなよ線香花火ぞっと見る ドラ・ニャン

陽夏にて山頂へと足向かず さと

陽だまりの感触恋し五月間 行雲

★6月会費・献金者 献品者★

田中 美保子、日本キリスト教会鶴見教会横浜マックを支援する会、佐野 純三（敬称略、順不同）その他匿名の方々に会費、献金、献品を頂きました。ありがとうございました。

5月に献金を頂いた方の中に、「日本キリスト教会鶴見教会横浜マックを支援する会」の記載が漏れていました。ここにお詫びして、訂正をいたします。失礼いたしました。

★8月予定★

- 7月31～8月2日（金）女性：宇佐美宿泊研修
- 8月5～7日（水）男性：宇佐美宿泊研修
- 8月2日（金）よしの病院メッセージ
- 8月11日（日）AA 県央地区の集い
- 8月14日（水）みくるべ病院オンライン
メッセージ
- 8月23日（金）神奈川病院メッセージ
- 8月24日（土）横浜マック
40周年感謝の集い

所属	新規利用者	継続利用者	合計	利用者合計				
				男性	女性	合計		
病院	神奈川病院	0	3	3				
	久里浜医療センター	0	1	1	8	6	14	
	精神医療センター	0	0	0	利用者年齢別内訳			
	みなと赤十字病院	0	1	1	10代	20代	30代	40代
					0	0	1	3
					50代	60代	70代	合計
施設	まゆの家	0	2	2	4	6	0	14
	いしずえ	0	4	4	修了者内訳			
	GHわおん	0	1	1	就労	AA	その他	合計
	オーリーブ	1	0	1	0	0	0	0
					中途退所者内訳			
福祉保健センター	0	1	1	就労	他施設	その他	合計	
ネット	0	0	0	0	0	0	0	
知人	0	0	0					
その他	0	0	0					
合計	1	13	14					

会員募集のおしらせ

横浜マックは、アルコール・薬物等依存症者の社会参加を支援します。依存症は本人だけの問題に終らず、周りの人々を巻き込んでいく病気です。一人の依存症者の回復は、その周りで苦しんでいる人々を救うことでもあります。皆様方からの支援金は横浜マックにとって大きな収入であり、毎日の事業運営及び依存症の啓発活動の資金として大切に活用させていただいております。皆様、ぜひとも横浜マックを応援してください。

- 正会員 年額一口 12,000 円（分割納入可）
- 法人会員 年額一口 50,000 円（分割納入可）
- 賛助会員 年額一口 1,000 円（3口以上でお願いします）
- 献金 寄付 任意の金額 いつでもありがたく頂きます。

会費・献金の振り込みは下記の口座へお願いします。

- 郵便局 00240-6-62177 特定非営利活動法人横浜マック
- 横浜銀行鶴ヶ峯支店 普通 1634881 特定非営利活動法人横浜マック 理事長 宮永 耕

編集人 (NO.375)
 特定非営利活動法人横浜マック 理事長 宮永 耕
 〒241-0023 横浜市旭区本宿町9番地6
 TEL 045-366-2650 FAX 045-366-2651
<http://yokohama-mac.blue.coocan.jp/>

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-