

SSKW NPO法人

# 横浜マックニュースレター

2024.11.13.

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はネットで“横浜マック”で検索してね。

## 横浜マック 40周年感謝の集い -回復の歩み-

2024年8月24日(土) 旭公会堂

ご来場・ご支援いただきましたみなさまありがとうございました！！



### 内村施設長からあいさつ

皆様のお蔭をもちまして、8/24（土）に横浜マック 40周年感謝の集いを開催することが出来ました。当日は好天にも恵まれ、日頃横浜マックを支援して頂いている関係者の方々や他施設とともにソブリエティを目指している仲間たち、いつも横浜マックの活動をバックアップして下さっている OB・OG や自助グループの仲間たち等、約 300 人の方々にご来場頂きました。当日は横浜マックらしく、あまり凝ったことはせずシンプルに、横浜マックの 40 年の歩みをスピーカーを通して分かち合う一日になり、横浜マックの 40 年が多くの方々を支えられての歩みであったことを再確認することが出来ました。41 年目からも変わらず、横浜マックへのご支援を賜りますようお願い申し上げます。

## 横浜マック現役メンバーたちの声と写真で振り返る！感謝の集い！

40周年という長い歴史のある横浜マックに関わることができたことにより、酒から解放されて感慨深いものがありました。アルコール依存症を長年患い、自分自身を見失うほど苦しんだ時があり、どうすれば酒をやめられるのかわからなかった。専門病院入院中にマックのことを知りました。マックに通所して、現在は心身ともに健康的な生活を取り戻すことができ、これからマック卒業後も断酒を続けていけるようになります。(K・F)



現役マックメンバーによるステップ1

横浜マック40周年はすごいことです。ある調査によると、日本で10年以上続く企業は6.3%だそうです。横浜マックは企業と違いますが、40年も続いて活動していることはすごいことです。私自身、通所して3ヶ月目の若輩者ですが、断酒を目標に引き続き頑張っていく所存です。(Y・K)

感謝の集いに参加して、沢山の人の繋がりの結果として今の自分がここに居られる感謝を感じたし、自分も次に繋げていく一人になりたいと思いました。(M・K)



宮永理事長のあいさつ

歴史を知る、ということは回復にとって大切なことなのでとても良かったです。(S・K)

今回参加して思ったことは、断酒が非常に大切だということです。一人暮らしが始まりますが、断酒を継続していきたいと思いました。(M・K)

いい話を聞けたと思うのでこれからもこれを参考にしていきたいと思います。(O・H)



横浜マックOB・OGによる司会



歴代施設長によるシンポジウム

私は横浜マックに在籍して1年になりますが、このようなセミナーは初めての体験です。特に歴代施設長が4人集まってマックの歴史を語っていただいても感激しました。そして横浜マックの始まり等、普段知らないことが聞けてとても為になりました。これからも歴史の1ページを綴っていききたいと思います。(H・S)

(H・S)

そのほかスピーカーを担当してくださったOB・OBの皆様、ご講演いただきました神奈川県医療相談室・早間文穂様、県立精神医療センター・小林桜児先生。ありがとうございました。



横浜マツク俳句教室

# お気楽の会

先月は二ユーズライターをお休みさせていただきました。二か月分の俳句を紹介いたします。

## 九月の兼題

「音」または自由

特選 消灯の和音調ふ籠の虫 緑青

準特 さらやくの何を語るか虫の音よ ドラニヤン

草わけて松茸育つすくすくと 文太

望月や老犬伏して宵に溶けり 山田

断酒道弱音吐きたる秋の夜 乃無燐

重低音下腹で聞く花火かな うちむら

音も無く一面の紅葉月明り 順

稲妻と風も一品この夕餉 空知

旅立ちの初秋に残る君の声 岳

虫の音も弱りて進む秋深し 藤田

霧雨に声を潜める秋の虫 小島

秋霖の音調乱れりジェット音 行雲

## 十月の兼題

「浮」または自由

特選 金木犀浮いた噂も無いけれど 山田

特選 文化祭子ら浮足の舞台袖 緑青

準特 往く人の思い届けよ赤い羽根 岳

準特 帰路ふたり齒の浮くセリフに月も笑む うちむら

黄落の御苑に浮世なかりけり 幸千

浮世にて幻想開花彼岸花 ふゆ

浮かぬ顔風きり歩く秋コート ドラニヤン

空たかくさえずる鳥よ秋もよう 藤田

するしない浮気心と牡丹鍋 乃無燐

相撲を見後で浮き浮きなぜだろう 志夢

愛娘父が浮かれる運動会 小島

焼き芋に母のぬくもり頬落ちる 文太

秋風とにおい香ばしさんま焼 順

夕焼けがうることもにわし焼く 空知

浮き雲の影さっそうと荇田行く 行雲

2024年10月1日

赤い羽根共同募金の街頭募金を行いました。

募金してくださったみなさま

ご声援をくださったみなさま

ありがとうございました。



## ★9月&10月会費・献金者 献品者★

日本キリスト教会鶴見教会 横浜マックを支援する会 (9,10月)、相浦千鶴子、池賢二、園田嘉和、金子晶子、河手昇、小林洋、五味廣文、中村工三、新村満、野村基詞、廣地とし江、村上正人、望月健吾 (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。

### 献金のお願い

今月も振込用紙を同封させていただきました。最近の物価高騰などの煽りも受けて、また会員の方の高齢化などから退会される方も増えております。何卒ご支援のほどよろしくお願いいたします。正会員や賛助会員の方や、あらためて会費の納入・献金等をいただける方にも振込用紙は使えますので、ぜひご活用ください。

### ★12月予定★

12月 1日(日) 寿アルクセミナー	12月 16日(月) 県立精神医療センターメッセージ
12月 6日(金) よしの病院メッセージ	12月 18日(水) 餅つき会
12月 11日(水) みくるべ病院メッセージ	12月 24日(火) 神奈川合同クリスマス会
12月 14日(土) みのわマックステップセミナー	12月 27日(金) 神奈川病院メッセージ

令和 6年 9月利用者報告

所属	新規	継続	合計	利用者合計			
				男性	女性	合計	
神奈川病院	0	2	2				
久里浜医療センター	0	1	1	10	4		14
精神医療センター	0	0	0	利用者年齢別内訳			
				10代	20代	30代	40代
まゆの家	1	2	3	0	0	0	4
いしずえ	1	5	6	50代	60代	70代	合計
GHわおん	0	1	1	4	6	0	14
				修了者内訳			
福祉保健センター	0	1	1	就労	AA	その他	合計
ネット	0	0	0	1	2	0	3
知人	0	0	0	中途退所者内訳			
その他	0	0	0	就労	AA	その他	合計
合計	2	12	14	0	0	0	0

令和 6年10月利用者報告

所属	新規	継続	合計	利用者合計			
				男性	女性	合計	
神奈川病院	0	3	3				
久里浜医療センター	0	1	1	10	4		14
精神医療センター	0	0	0	利用者年齢別内訳			
				10代	20代	30代	40代
まゆの家	0	3	3	0	0	0	4
いしずえ	0	5	5	50代	60代	70代	合計
GHわおん	0	1	1	4	6	0	14
				修了者内訳			
福祉保健センター	0	1	1	就労	AA	その他	合計
ネット	0	0	0	0	0	0	0
知人	0	0	0	中途退所者内訳			
その他	0	0	0	就労	AA	その他	合計
合計	0	14	14	0	0	0	0

## 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)

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.378)  
 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9-1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-