

SSKW

NPO法人 横浜マック

ニュースレター

2019.3.24

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!

旭区精神保健福祉セミナーに 参加しました

旭区精神保健福祉セミナーに参加して

いつもの依存症者仲間達が集まるセミナーとは違って、うつ病や統合失調症をはじめとする数々の精神的病に苦しむ当事者、家族、支援者の方々のセミナーとあって、なんとなく雰囲気違って感じた。

午前中は、当事者4名のスピーチ。午後は講師の先生のお話、質問コーナーといったスケジュールでしたが、なんといってもメインは、当事者スピーチ。我が横浜マックのIさん登場。本人は昨年からずっと、どうしようと心配していたけれど、いざマイクの前に立ったら実に堂々と余裕すら感じるスピーカーぶりに、観ていた私達がウルウルしてしまった位でした。まあ、Iさんいわく「バッチグー」(笑)。セミナーの最後の質問の時間は、ご家族の方などが切実な意見というか質問をされていて、精神病の方達(自分も含め)が、普通に生活していくのは大変だなと改めて感じさせられたセミナーでした。

A・I

日帰りバス旅行に 行ってきました



2月20日、毎年恒例の行事で、
忍野八海見学と紅富士の湯に
行ってきました。お天気に恵まれ、
OB/OG や関係者の方々も大勢ご参加いただき、
楽しい一日を過ごしてきました！
現地到着時に少々曇ってしまいましたが、行きのバスの中
から、富士山を間近に見ることができました！
参加された皆さま、ありがとうございました。



文章内で触れていただいているので、お魚の写真を…紙面では白黒ですが、パソコンのホームページにアップするニュースレターでは綺麗に見られますよ！

横浜マックでの日帰り旅行は初めてでした。場所も初めての所で楽しみにしてました。お天気にも恵まれて富士山も間近で見られてとても良かったと思いました。

忍野八海では魚も気持ちよく泳ぎ私達を迎えてくれた様に思います。紅富士の湯もゆっくり時間をとれてのんびりできた事が良かった。食べる事も楽しみの一つなので個人的には少しさみしいと思いました。

計画されたマックの方々、大変でしたけれどおつかれ様でした。

ありがとうございました。楽しかったです。

F・S



横浜マック名物である、通所者さんによるパフォーマンスです。動画をお見せできないのが残念！

2月20日の日帰りバス旅行に参加しました。当日は天気も良く、暖かくて過ごしやすいかったです。現地では忍野八海を散策したり、温泉に入ったりしました。また、お風呂あがりに食べたソフトクリームがおいしかったです。楽しい一日になって良かったと思います。とにもかくにも、富士山を見ると良い気分になりますね。

S・Y

昨年につき二度目の訪れとなった「忍野八海・紅富士の湯」。正直、昨年訪れた後には「来年は行かないだろうな」と自分の中では思っていました。それは「来年の今頃は、マックを修了目前にして、就労に入っているだろう」というのがその頃の私の目論見でした。しかし、二度目の訪れとなったということは、その目論見は見事に外れた訳です。昨年8月中旬過ぎにスリップして、再び3ヶ月に渡る入院生活を余儀なくされるとは思ってもみませんでした。二度目の退院から間もなく3ヶ月を迎えるこの時期に、再び訪れることになった訳ですが、昨年と比べて精神的には落ち着いていたと思います。また、昨年同様に良いタイミングでリフレッシュできたことも間違いありません。楽しく過ごせた二度目の日帰り旅行に改めて感謝申し上げます。そして、来年は「仕事で参加することが出来ない」または、「マックのOBとして参加する」という目論見を外すことのないようにしたいと思います。



**山梨に来たからには、やはり「ほうとう」を
いただかなくては。この旅行の大きな楽しみ
の一つです。**

M・N



最近のグループホーム

いしずえに入居して

いしずえに入居させて頂き4ヶ月以上がたつ。共同生活の場である。他の入居している方に迷惑をかけない様に努めている。

いしずえの生活が快適か、と問われればそれは共同生活の場であり、正直に言えばあまりそうとは思えない。ただ同じ目標、今日一日、酒をやめる人たちに囲まれ酒が止まっているのは確かである。今後もそういった仲間と共に共同生活をしていく所存である。

N・C

まゆの家 「ひな祭り会」



まゆの家にて、OGの方々を招いてのお食事会です。
今年はちらし寿司！ お腹いっぱい食べました。
まゆのOGの方達からたくさん力をいただきました。

俳句教室 「お気楽の会」

兼題 「節」または「猫」

特選句

冬日向猫は何やら会議中
里の山一節ごとの暖かさ

ラオウ
清

優秀句

校庭の豆撒く子供みな笑顔
縁側で猫とうたた寝日向ぼこ
節分や筆筒の裏の豆寂し
ひだまりや梅ほころびて猫の寝る
保護室や解毒の果ての余寒なほ
豆撒いて年の数だけまた増える
たらちねの抱きし子猫「はるみちゃん」
猫の恋響く艶声気もそそろ
恋猫の越へてはならぬ境界線
猫の街谷中の路地は春日和
節分で泣く子供たち鬼の面
立春で季節が変わる暦かな
露の臺花を観察してみよう
節約で暖房がまんほどほどに
猫の恋窓を開けると駆けまわる
手負い猫おぶって歩く厳寒日

ラオウ
空知
鳳
芳司
緑青
和知
清
鳳
緑青
月灯雫
和知
月灯雫
縁
野風
八八
なおき

前回に引き続き、句を2つ提出して下さる方が多くいました。そして、前回と同様、初参加の方が特選を取りました。本当にレベルの高い句会となり、大変盛り上がっています。次回の兼題は「春」です。お楽しみに！

～新人職員の紹介～

はじめまして。3月から横浜マックで事務として係らせていただくことになりました、斉藤と申します。

まだまだ不慣れで皆様にご迷惑をおかけすることもあるかと思いますが、1日でも早く慣れて、利用者の方々が安心してプログラムやセミナーに参加出来るよう、事務として間接的ではありますがサポートに努めてまいりますので、よろしくお願いいたします。

斉藤 麻有子

平成31年2月 利用者

所属		新規利用者	継続利用者	合計
病院	神奈川県病院	1	3	4
	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
施設	まゆの家	0	3	3
	いしずえ	0	5	5
福祉保健センター	1	6	7	
知人	0	0	0	
ネット	0	0	0	
その他	0	0	0	
合計		2	18	20

利用者合計		
男性	女性	合計
13	7	20

利用者年齢別内訳			
10代	20代	30代	40代
0	0	3	7
50代	60代	70代	合計
7	2	1	20

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