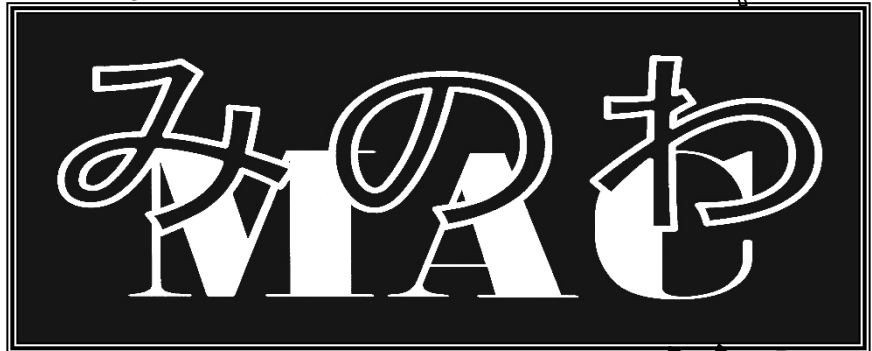




みのわマックを支える会



だより

2020年6月5日

みのわマックを支える会発行 みのわマックだより 第317号
事務局 〒114-0023 東京都北区滝野川7-35-2
TEL 03-5974-5091 FAX 03-5974-5093
郵便振替番号 00160-1-566279



緊急事態宣言が解除となりましたが、新型コロナウイルスの影響でミーティング会場の中止の場所はまだまだ多いようです。今月号はみのわマックを支える会の仲間からのメッセージです。出口はもうすぐです。仲間と連絡をとってミーティング再開まで頑張りましょう。

『新型コロナウイルスと私』

アノニマス

——▶ 月に入り新型コロナウイルス
——▶ スの影響により、多くのミーティング会場が閉鎖せざるを得なくなりました。私のグループも同じです。それでも、いくつかのグループの仲間が新会場を開いて下さっております。ありがとうございます。私も四月

五日迄ミーティングに参加する事ができました。四月七日に緊急事態宣言がされました。外出自粛です。今まで、開いていた会場も何ヶ所かは閉鎖になりました。当初は開いている会場には参加させて頂こうと思っていました。

しかし、ふと思いました。私はアルコール的なのでミーティングが必要だ。何があってもミーティングへ行くのだ。仲間と一緒に行動するのだ。一見すると正しく思えますが、私の場合多少の飲まない生き方の教えを頂いております。少なくなった会場へは、今絶対的にミーティングが必要不可欠条件の仲間の為に、自分の行動を控える事も大切ではないのですか？ややもすると自己中心的になり、気付かずに傲慢になってはいないだろうか？問われる所です。私の場合、幸いな事に施設のミーティングに週一回ですが、参加させて頂いております。ありがとうございます。AAではステップ四の棚卸しにより、どこでどう間違えたのか、誤りの本質を捜しますが、私の場合この世に生命を受けた時から、アルコール

リクとしての使命をお与え下さったと存じます。私の最大の欠点は、他人と同じ事をする事が出来ない事です。その原因は私の愚かな考え方です。一人と同じでは駄目なのだ、俺は俺でなくては駄目なのだ。一とこのころ、自分の事は全く分かっていなかったのです。

いつもどんなふうだったか、そして何が起こって、いまどうなっているのか、おおよそのところをはっきりさせる。私の過去の経験を分かち合うには、紙面の都合上、きりがありません。今私は大変幸せです。

何故でしょうか？生まれて初めて、自分自身を受け入れる事が出来る様にさせて頂きました。神と仲間のおかげです。ありがとうございます。お酒は自分で飲みますが、新型コロナウイルス

は私が拒んでも取り付きます。AAの教えの通り正当な理由がないのなら危険な所は避けるようにとあります。新型コロナウイルスの影響が今後どうなるかは分かりませんが、今日一日神から与えられた事を、実践させて頂きたいと存じます。一日、家に居るのは私にとって大変苦痛ですが、これもプログラムなのでしょう。今日一日、生かされている事、仲間の中で共に行動させて頂ける事、全ての事に感謝。

『今の自分があるのは』

T・O

僕にとって、今のみのわマックが無かったら生きていなかったかも知れません。2011年4月に2度目のM病院入院中に、病院からワーカーさんと一緒に見学して、翌日から病院からみのわマックに通う日々の生活が始まりました。

病院から新宿経由で板橋3ヶ月通いました。七月上旬に退院してからは、埼玉実家から通所という形で一年半程通いました。通っていた中で、ステップ一、二、三、や報告、連絡、相談、いわゆる報連相など生活の基礎を徹底的にたたきこまれました。

今まで自分自身がやってこなかった、規則正しい生活リズムを身に付けて頂きました。でも、なかなか担当職員さんには、報告、連絡、相談などが出来ませんでした。

先に施設に通っている仲間が、報告、連絡、相談している姿を目の当たりにさせていて、少しずつではありましたが、自分自身でも行動出来るようになりなした。その頃から少しずつ仲間と話す事や、プログラムを通して打ち解けていけるようになりなした。自分が仲間の中に飛

び込んで行く事の大切さを学びました。
なかなか難しい事ではありますが、始め
ない事には何も変わらない事、一番近い
仲間がそれを見せてくれていた。
通所の中で一番大きな出来事は、通所し
始めて一ヶ月頃、八月の江ノ島合宿が忘
れる事が出来ませんでした。
僕は、通所でしたので24時間施設の仲
間、職員さんと一緒にいる経験がありま
せんでしたので、とても新鮮でした。良
い時間と良い経験をさせて頂きました。
初めて仲間と江ノ島の海でサーフィン
やハマグリ取り、取ったハマグリは、夜
のバーベキューで焼いて食べました。と
ても美味しかったです。2日目の朝食作
りなど、人のために食事を作る事などし
てこなかったのが、何人かの仲間と献立
など考えたり良い思い出です。
みのわマックでプログラムに出会って

いなかったら、スポンサーシップも取っ
ていなかったです。
当時の施設の担当職員さんには、本当に
感謝しております。今になってですが。
その時は、分かりませんでした。
月日が経つにつれて、ステップが進んで
行くにしたがって、担当職員さんにステ
ップ5を話をさせて頂いた後に出た提
案が、スポンサーを見つけて下さいでし
た。それがきっかけで、今のスポンサー
シップを取らせて頂いております。
僕の原点は、みのわマックです。今後も
出来る範囲で施設に関わらせて頂きた
いと思っております。

**オープンミーティング
開催中！**
毎月第3日曜日 PM6:00~7:
30 どなたでも参加できます
ので気軽に来てくださ
いね！
主催 みのわマックOB

令和2年4月の通所者状況

●通所者数

	新規
継続	11
新規	1
合計	12(2)

()申請中 []試通所

①どこから

	所属	継続	新規	合計
病院	N病院	0	0	0
	I病院	0	0	0
	S病院	0	0	0
	その他	1	0	1
	小計	1	0	1
施設	S荘	0	0	0
	Y寮	0	0	0
	その他	0	0	0
	小計	0	0	0
福祉	東京都	7	0	7
	埼玉県	0	0	0
	千葉県	0	0	0
	神奈川	0	0	0
	その他	0	0	0
	小計	7	0	7
自費	東京都	4	1	5
	その他	0	1	1
	小計	4	2	6

ミニ ー R	みのわ通所者	7	1	8
	就労者	2	1	3
	計	9	2	11

②地域別

	男性
東京都	12
埼玉県	
千葉県	
合計	12

③年齢別 *試通・アフター含む

	男性
10代	
20代	2
30代	6
40代	1
50代	4
60代	3
70代	
合計	16

④中途終了

	自己都合	スリップ	AA	他施設	その他	合計
理由	1	0	0	0	0	1

⑤終了者

	就労	AA	他施設	復職	その他	合計
行き先	1	0	0	0	0	1



の外プログラム予定

3日	水	調理実習/統一(11:00~)	みのわマック 2階
17日	水	体操(PM)	みのわマック 3階

編集後記

時代の大きな変換期…産業革命、世界大戦、ベトナム戦争、冷戦終結、イラク戦争、テロリストとの戦い…産業革命を除いては、人々に見える敵と戦い悲惨な結末を迎えて来ましたが、今回ばかりは見えない敵に世界が一丸となって戦っています。世界中を見てもコロナウイルスの感染で亡くなっている方が多数います。今回のウイルス感染は近代社会の私達が、未だかつて無い程の経験です。見えないものへの恐ろしさを感じますし、流言飛語が如何に私達の生活を混乱させてしまうのか…そして「少し位だったら良いだろう…自分だけは大丈夫」と考えている人が、如何に多い事か…私自身、今回の事では色々と考える事が多かった様に思えます。そんな中でもやはり人は人を助け合い日常生活を営んでいる事も改めて感じる事が出来ました。

みのわマック 川村 良一

*6月の外プログラム予定は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、セミナー、卓球、イベント等は自粛させて頂きました。