みのわマックを支える会

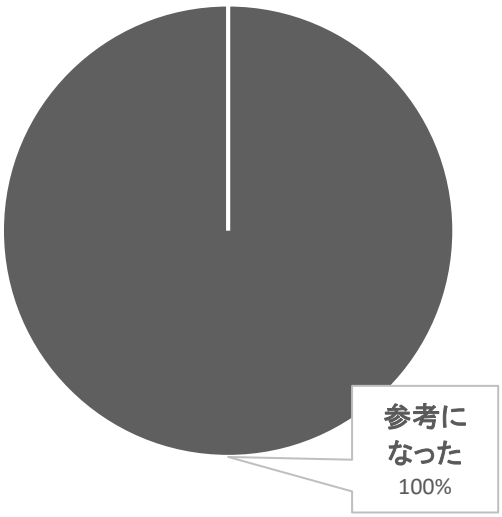
みのわMAC だより

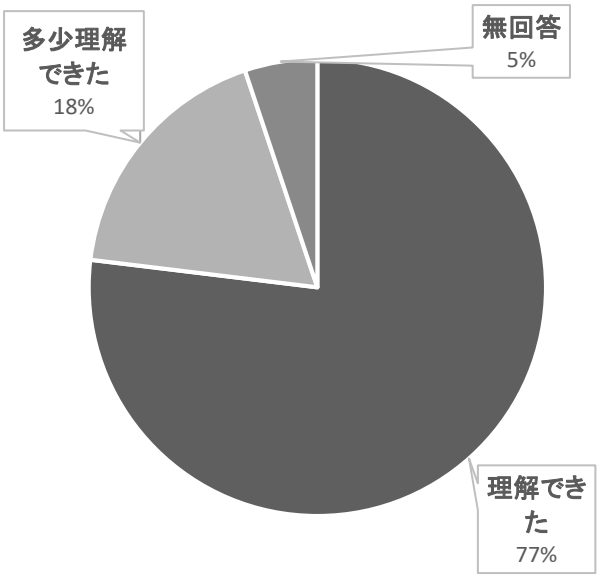
２０１９年１２月７日
みのわマックを支える会発行　　みのわマックだより　　第３１１号
事務局　〒114-0023　東京都北区滝野川７－３５－２
ＴＥＬ　０３－５９７４－５０９１　　ＦＡＸ　０３－５９７４－５０９３
郵便振替番号　００１６０－１－５６６２７９

早いもので今年もあとわずかです。皆様はいかがお過ごしでしょうか。さて、今回は今年７・８・９月に行われたジャパンマック施設見学会で、参加者の方にアンケートを協力して頂いた内容です。お楽しみください。

『令和元年　ジャパンマック施設見学会アンケート結果』

1.見学内容・資料などについて（午前の部）





①　色にもわい特グる伝て景、ンいがえ背テえ囲を支や一抱雰復的ミがる回目のす。人一人いが施設で人っ重ねてはか加者一取み積ていや参受け積りは定せこ、にかて否きだ料分いをての資等つのっる

②　今日のミーティングはステップ１１「祈り学日黙想」ということでなかなのスプ哲出的なテーマだったが、１２難しいプ意合ていの「神」「ハイヤー・パワー」ッの味がで多少なりとも分かったような気した有意義だった。

③　初めてさやが中話を加とのそ会参ここ問こ機にるく訪らなグい聞やか重ンでを所だ貴ティん話務で中す。ミーの悩な事中のさん正直てのま方皆を事と し事者いま症の、仕事当事思いす存だきこ、たと思ありがとうございます。依たいしけ容だっ

④　スタッフの方々がとチ全員依存症苦しん苦活もめてがた方のにれっていて感動した。ッだのーっ自いワなてて方うロとミ気持ちを正直に話せる環境をいむ護考見整でし保参て初

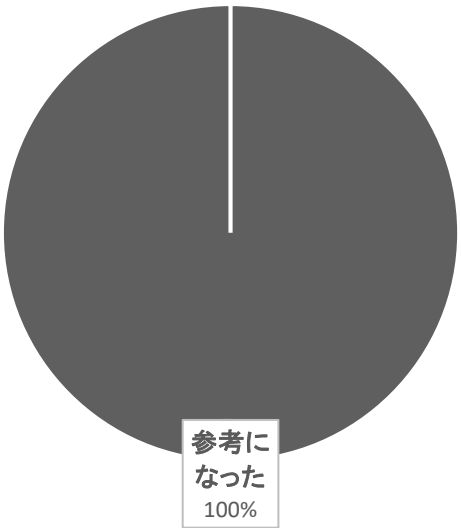
⑤　ＡＡミーティングに参加した。当事者のない方の話は、大変参考になった。「いつわりなく状自身のありのままを話す」という難しいラム況を実践していくことの先に、回復が待っているのだと感じた。

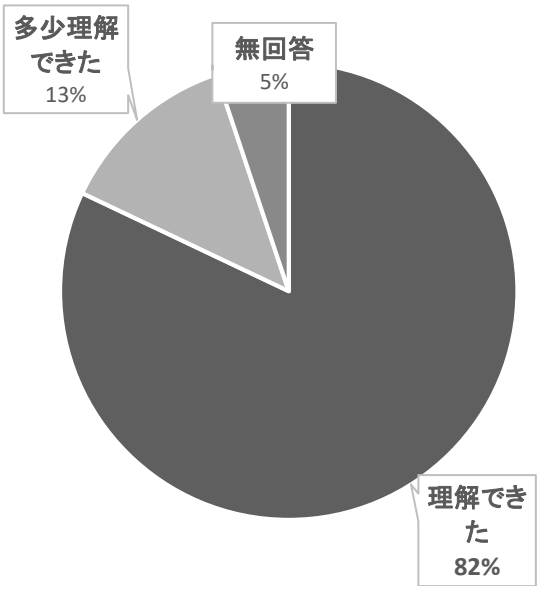
⑥ 当事者の方の言葉が、何よりも真実であり重く、非常に参考になりました。「回復はアルコールをやめることではない。アルコールをやめて初めて回復の第一歩に立った」という言葉が印象的でした。

⑦ 今回、初めてＡＡのミーティングに参加させていただきました。皆さん思っていることをつつみ隠さず話していて、共感を得ることができるとてもいい場所だなと感じました。また、依存症がある方へのアプローチの仕方などを教えていただきとてもタメになりました。

⑧ 初めてミーティングに参加させて頂きました。御自身の体験と話す姿が一致せず、そのような過去を持っているようには見えない方もいて、変化しているのだと思わされました。

２．見学内容・資料などについて（午後の部）



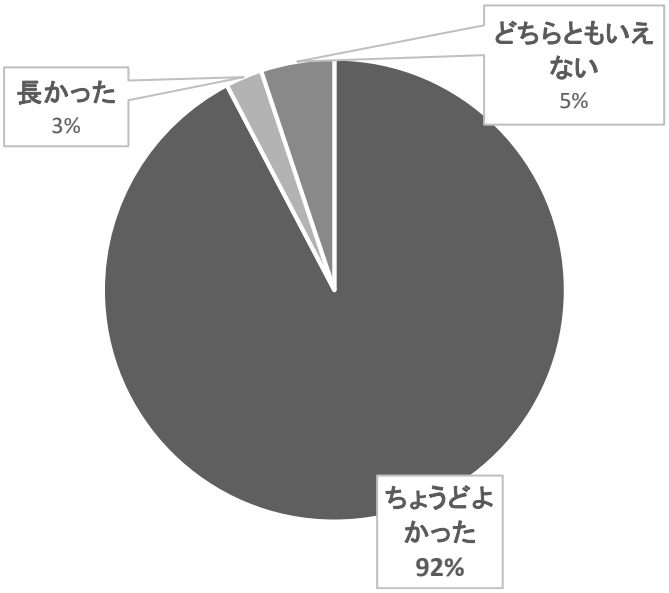


①ミーティングで自己開示することは、自らの断罪であり、身にこたえる作業だと思いましたが、それだけでなく告白することで、他者に許してもらえた気分になれたと発言していたのが印象的でした。

②オ‘ハナの見学をさせてもらった。女性限定だったので悩みや不安が女性特有のものからそうでないものまで幅広く、依存で苦しんだ方々の心の内を聞けてとても参考になった。依存から徐々に回復し、身の周りの小さなできごとが幸せだと感じられるようになったと聞いて胸が苦しくなった。

③実際にＲＤプログラムに参加してみると、難しかった。繰り返し受ける意味が分かった。自分の病気や回復について考える時間になり、色々なヒントを得られるだろうと感じた。リカバリー・ダイナミクスって依存症の方だけでなく、社会・集団で生活し生きやすくしてくれるのかな？と感じた。続けてみたいと純粋に思えた。一方でレベルが高い部分が多々あると感じた。

３．見学会の開催時期、時間配分、見学時間について



４．全体を通しての意見・感想

① 依存症の施設の雰囲気や、プログラムの内容を実際に見学できたので、担当の受給者にも、より具体的な提案ができるようになり、参考になりました。又、依存症治療の考え方や、基本事項についても知ることができ、勉強になりました。

② ミーティングでは、自己の気付きが大切になってくるということを知りました。支援者として関わりを強くしようとばかり考えてしまっていましたが、細くても長く関わり続けるということが大切だと思いました。あえて弱い関わりが効果的になるのだと知りました。様々なアディクションの方が１つのミーティングに参加することも強いと思いました。参加できて良かったです。ありがとうございました。

③ ４年前に現場にもどって、アルコール関連の支援がすっぽり抜けていたので、この機会に各施設を見学させて頂いて良かったで

す。仲間が仲間を助けていくという精神がとてもあたたかく感じました。各施設の方々、ありがとうございました。

④ 今回初めてミーティングに参加させていただき、自分のケースの方がどのような活動をしているのか等を知ることができました。また、当事者の方の貴重な話をきくことができ、大変ありがたいと思います。今後の業務の中で生かしていきたいと思います。

⑤ 地域の支援者・行政職員の実際の声を聞けた。
患者さんやご家族にマック、他施設の活動内容や取り組みを説明する助けになると思った（ＰＳＷ自身のイメージが深まった）。

⑥ 実際の当事者の方にお会いすることができ、また、プログラム等に参加させていただきありがとうございました。回復するのは難しいものだと実感しましたが、みなさん前向きに取り組んでおられるなと思いました。今後のケースワークに役立てて行きたいと思っています。

⑦ 依存症の方への支援は難しいと感じていましたが、今回参加をして、支援される側とする側の考え方のギャップを把握し、支援していくことの大切さ、当事者同士だからできる支援、またその力の強さを感じ、支援していく際には今回学んだことを活かしていきたいと思います。ありがとうございました。

⑧ 今回、見学させて頂いたことでよりマックについて知ることができました。依存症の方と関わる際には、今日学んだことを参考に様々な関係機関と連携して支援して行きたいと思います。

⑨ 今回初めてミーティングに参加させていただき、自分のケースの方がっどのような活動をしているのか等を知ることができました。また、当事者の方の貴重な話をきくことができ、大変ありがたいと思います。今後の業務の中で活かしていきたいと思います。

⑩ 午前中のミーティングに参加して“神”であるとか“霊的”など抽象的でわかりずらい部分もあったが、私なりに自分自身で依存症から脱却できるわけではなく、周りの同じような境遇の人や、自分なりに理解した“神”にすがらないといけないのだなと理解した。

⑪ 職員、利用者の皆様の貴重なお時間をいただいき大変実りある学びをさせていただきました。今後も同様の取り組みを続けていただき、更に学びの輪を広げていただければと思います。本日は誠にありがとうございました。

⑫ 依存症と戦っている当事者の方々の正直な気持ちを改めて知ることができ、自身が関わっている方々への対応を考えるきっかけとなりました。同時に、当事者同士での体験の共有で孤独感を軽くすることの大切さを改めて学ぶことができました。お忙しい中、とてもていねいに対応していただきありがとうございました。

⑬ とても貴重な体験をさせていただき大変勉強になりました。保健センターの担当の場面で、どのような対応がよかった。こうしてほしかったなど逆に当事者の方に聞いてみたいと思いました。

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

令和元年10月の通所者状況

●通所者数

	新規
継続	10
新規	
合計	10(2)

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	2	0	2
	小計	2	0	2
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	8	0	8
	埼玉県	1	0	1
	千葉県	0	0	0
	神奈川	0	0	0
	その他	0	0	0
	小計	9	0	9
自費	東京都	1	0	1
	その他	0	0	0
	小計	1	0	1

ミニ―R	みのわ通所者	8	1	9
	就労者	2	0	2
	計	10	1	11

②地域別

	男性
東京都	9
埼玉県	1
千葉県	0
合計	10

③年齢別 ＊試通・アフター含む

	男性
10代	
20代	1
30代	4
40代	2
50代	3
60代	4
70代	
合計	14

④中途終了

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

⑤終了者

	就労	AA	他施設	復職	その他	合計
行き先	0	0	0	0	0	0

12月

の外プログラム予定

4日	水	調理実習/統一(AM)	滝野川文化会館
11日	水	マック・ダルクXmas(夕方～)	滝野川会館
15日	日	RDセミナー	ハイライフプラザいたばし
18日	木	体操(AM)	滝野川西ふれあい館
31日	火	鍋フェロー	みのわマック

編集後記

今年もラストスパートに入りました。マラソンで云えば40kmを過ぎた辺りでしょうか？
今年の後半は、自然災害が非常に多く発生しました。被災された方々の一日も早い復興をお祈りいたします。今迄に経験をした事が無い様な自然災害には、無力さを感じさせられます。特に水圧、風力の恐ろしさは映像を通して、又自らの体験でも感じました。今回の経験で、準備しておく事の大切さ“備えあれば憂いなし”正に、先人達の経験・体験を通しての諺だと思います。支援職の方々の経験を通して、みのわマックを見て頂いた福祉・行政の方々のジャパンマック見学会の感想を今回のマック便りに掲載させて頂きました。今年はインフルエンザが早い時期から流行っています。どうぞ、皆様　御自愛下さいませ。

みのわマック　川村　良一