

障害福祉サービス自立訓練(生活訓練)事業所



みのわ MAC だより

☆春のバーベキュー交流会を開催しました☆

絶好の晴天に恵まれた 4 月 19 日(土)、春のバーベキュー交流会を赤羽記念観察公園にて開催しました。コロナ禍以降、昨年秋、そして今回の春と、ようやく通常開催のかたちで再開することができました。当日は、みのわマック OB や他施設からのご協力もあり、100 名近くの方々にご参加いただきました。川崎マック特製のあつあつキノコスープ、RD 特製のサラダ、オハナ特製のフルーツポンチ、さらに焼きそばや各種お肉など、盛りだくさんのメニューが並びました。中でも一番人気は、ローストビーフでした！みのわマックの仲間たちも、裏方や焼き係として大活躍してくれました。

爽やかな風を感じながら、おいしい料理と笑顔あふれる交流で、心もお腹も満たされる一日となりました。





◆入職のご挨拶◆

服部 晋



この度4月11日より、みのわマックで働かせていただいております服部です。アル中です。私は20年引き籠って飲み続けていました。その間入院も2回しましたが、一時的に酒が止まることはあってもすぐ飲んでしまい、飲まない生き方が存在することすら疑っていました。3回目の入院で板橋のはずれの病院のはじめのお世話になり、そこからAAに繋がり、飲まないで生きている人がいっぱい居ることがわかりました。AAでは、みのわマックの現役の方に何度も声をかけていただきました。入院仲間に聞くとマックは刑務所よりきついとの話でした。そんなところ絶対に行きたくないし、自分は軽症だから行く必要もないと思っていました。

退院の日、家に着いた瞬間、入院前に買い込んでいた安い芋焼酎をグビグビと飲みました。二杯目あたりで、「あれ？俺飲んでるけどいいのか？」と疑問が湧きました。しかし、それ以上考えるのが嫌なので更に飲んで考えるのを辞めました。

数日飲んだ後、元々行く予定だった病院のデイケアに行ってみました。「あなた飲んでるじゃない！デイケアには入れられません」と怒られました。成増の病院にも再度の入院を打診しましたが、断られました。役所に生活保護の相談の電話もしましたが「お酒が抜けてから電話してください！」としか言われませんでした。命の電話には毎日電話しました。話は聞いてくれるのですが、「大丈夫ですよ！」としか言われず、何も解決しないことにイライラしました。他に連絡する先が無くなり、みのわマックに電話をかけてみました。1時間程話を聞いてもらった後、「ちょっと遊びにこない？」と言われ、すぐに行ってみました。

皆様お察しの通り行ったが最後、みのわを終了するまで、2年半出れなくなりました(笑)。

その後2回の脱走を経て、無事マックを終了し、スーパーの品出しの後タクシー乗務員になりました。タクシーの同僚がゲーム依存で仕事を休みがちになりそのまま退社→北海道で住み込みの仕事→音信不通になるなど、周囲に依存症本人や家族は結構いると感じました。お客様にも仲間いました。昼間にベロベロに酔った状態で児童相談所に行きたくて欲しいと言いながら「子供が児童相談所に誘拐された！」を連呼していたお母さんでした。元旦那や家族への悪口と文句をずっと言っていたが、それらの話の最後はお子さんの心配に繋がる話でした。私自身がアル中であること、今は飲んでないことを伝えたら、10秒ほど固まりながら酔っぱらった目で私をじっくり見てきました。そして「ボロボロの顔や腕を見せながらアトピーがひどくなる一方なんです！」と自分の話をしてくれました。

「話を聞くことが出来るのは僕ら当事者だけだよなあ」と思い転職を考えはじめました。

すぐにみのわの方々に相談して、2025/4/11 からみのわマックで働かせて頂くことになりました。どうぞよろしくお願いいたします。

6月の外プログラム

- 1日(日) さいたまマック 24 周年感謝の集い/さいたま市産業文化センター
 4日(水) 調理実習/滝野川会館
 8日(日) みのわマック感謝の集い/赤羽会館
 11日(水) バドミントン/西ふれあい館
 18日(水) 体操/西ふれあい館
 24日(火) 寿アルクステップセミナー/神奈川労働プラザ 3 階
 25日(水) 卓球/西ふれあい館
 28日(土) 大師 G・久が原 G 合同オープンミーティング/川崎市平和館 1 階
 30日(月) マック・ダルカソフト/バレーボール/赤羽体育館

オープンミーティング 毎月第3日曜日 PM6:00~7:30

どなたでも参加できます。気軽にお越しください。

主催:みのわマック OB

グループホーム	15名	アディクションの種類	
自主運営ホーム	2名	アルコール	11名
入寮者	17名	薬物	0名
自宅から	1名	ギャンブル	1名
合計	18名	その他	6名
		合計	18名

2025.5.23 現在



いつもかわいいボブ

編集後記

4月から続々と新しいスタッフが入職しました。マックを修了した仲間たちですので、彼らが通所中に経験した事を生かした支援が出来るのではと期待しています。落ち着くまでは少々時間がかかると思いますが、どうぞ暖かく見守って下さい。順番にあいさつ文を掲載したいと思っておりますので、よろしくお願いします。

みのわマック 小野寺

特定非営利活動法人ジャパンマック
 障害福祉サービス/自立訓練(生活訓練)事業所
 みのわマック
 東京都北区滝野川 7-35-2
 03-5974-5091
 minowamac@japanmac.or.jp