



1993年12月1日 **みのわマックを支える会発行** 郵便振替 東京6-588279 第2号
事務局 〒114 東京都北区滝野川7-31-7 ☎(03) 5974-5092 FAX (03) 5974-5093
アルコール依存症リハビリテーション・センター ALCOHOL ADDICTION REHABILITATION CENTER

振り返ってみますと今年も色々な出来事がありました。新聞紙面をにぎわせた出来事と言えば“自民党政権の崩壊”と“ゼネコン汚職”です。驕れるもの久しからずということでしょう。

仕事というのはどんな仕事でも奉仕です。人の上に立つ人ほど下の人の事を考えて仕事をしないと自らが滅んでしまいます。

こんなことから自分自身を振り返り、想いを馳せていますと自分の魂（スピリット）が見えてきます。

みのわマックの魂とは？

苦しんでいるアルコール依存症の人たちに『生きる希望』を見つけてもらうことです。

簡単なことなんです。朝起きて、仕事に行って、帰ってきて、三食たべて、糞して寝る。

これだけなんです。誰にでも出来ることですけれども、お酒をのみ続けている間に、出来ないものだと信じこん

でいるだけです。

生きることが出来ると信じられない人が、みのわマックの門をたたいたとき、

温かいコーヒーがあって
お酒をやめている仲間がいて
くつろげる場所があって
350円のみのおマック定食があること

乳飲み子に手を差し伸べるように、みのわマックを訪れて来た人に手を差し伸べるのが、みのわマックの魂です。

みのわマックを応援して下さいる皆さん、いつもありがとうございます。今年はかなり不況風がきびしいようで、みのわマックにも寒さと共に不況風が吹いてきましたが、皆さんのおかげでみのわマックの魂が減びずに今日まで続いています。スタッフも力不足は否めませんが、みのわマックの魂をもって活動しています。これからも皆さんのご理解とご協力が頼りです。

第1回日本マックスステップ・セミナー

1984年春、3日間にわたり創立者であるジョン・ミニー神父の司会で日本で初めての“マックスステップセミナー”が開催されました。今回から誌上をお借りしてシリーズでそのときの様子を再現していきます。1回目はセミナーの冒頭のミニー神父の挨拶です。多少わかりづらいところもあったのですが、テープに忠実に再現しました。あしからず。

山谷グループです。そのアルコール中毒者という言葉使いますと、やっぱりアルコール中毒という病気かかれて、しかし、その、病気かかれたのなかで、その人間がいるということは、大事な考え方だと思います。たとえば、その、家の場合ですと大きい洗濯機があって、どの汚れた洗濯物でもその中入れて、あの、二時間ぐらい経つときれいになって出てきますけども、その中毒者の場合ですと、人間一人ずつに個人差があるということなんです。それでその個人差ということについてあの、非常に、私達はもっと深く考えなければならないと私、思いますよ。あの、やっぱり、その、12ステップのプログラムがあるんですけども、自動的にそのプログラムやって貰うという可能性は、絶対ありません。それで、あの、いちおう、あの、このマックやりだす前に、あの、東京医大病院行って、それで、その、ある、その、リハビリプログラムやっておられる先生と話し合っ、それで先生が次のように、あの、

言われたんですよ。「こちらリハビリテーションプログラムあって、しかし、その、リハビリテーション受けて、その、なおすのは本人です。しかし、その本人が自分自身なおすために第一必要なものはやる気です。その、やる気がなければこっちでいくらその、協力しても、あの、良くなる可能性は絶対ありません。」と言われて、それで、あの、こっちはマックの第一ゼミであって、第一のマックの仕事として、その本人にやる気おこすということは私達の第一の仕事だと思います。だいたい中毒者の場合、僕もそうだったんですけどもどね、その、病院に入れられたとき、あの、人に色々言われたんですけどもね、その、教会の人たちとか、一応、その、同志社大学の偉い心理学者かかったんですけども、三回行って、四回目酔っ払って行ったんだから、もう来なくてもいいと言われたんですけどもね、あの、心理学者に色々言われて、教会の人たち色々言われて、母親、弟たちに色々言われたんですけどもね、

問題として自分自身が、一人の人間として、どういうふうに自分自身なおしていいかわかんないんですよ。ね、たとえばお酒やめなさいと言うのは簡単ですよ。やるのは問題ですよ。本人について。そいで僕の場合ですとね、お酒やめた経験何回もありますよ。やめるのは簡単ですよ。続けるの問題です。というわけで、自分自身はどういうふうになおしていいか全然わからないで、向こうの病院に入れられたんですけどもね。その、私の場合ですと必要なものは第一は、その、良くなったアルコール中毒者を見たことないです。向こうの病院に入る前に。悪くなった人たちいっぱい見てんですよ。僕最後はね京都でアル中になったんですけどもね、最後は、あの、飲んだ場所は京都の八条口の裏の、あの、おでん屋ですけどもね。あの、夜遅くなって、最初は都ホテル。京都ホテル。きやまち。せんもん通り。それから、最後は、あの、やっぱし、あの、大阪のどうしようもないちんぴら達と一緒に飲みながらケンカしたんですけどもね。どういうふうに自分自身なおしていいかってことわかんないんですけどもね。向こう行って、始めて、その、良くなった仲間の話し聞いて、それで、その、僕に、あの、やっと自分自身のなおすというやる気が生まれてきたと思いますよ。というのは、初めて、その、良くなったアルコール中毒者を見たところで、過敏症だからあいつら絶対飲んでいな

いということ、わかったんですよ。ね、あの、目でわかるんですよ。中毒者同志で、あの、夜は一杯飲んでいる人の顔見てすぐわかりますけどもね。この人達が出来たんだから、ちょっとしたら、私も出来るんじゃないかという、最初の僕の、回復の小さな始まりです。その時までも、絶対、何言われても、偉い先生に言われても、うちの所長に聞かれたんでしょう。「ミニ神父がお酒一杯選ぶか、神様選ぶかどっちかとはっきり答えなさい。」と言われたとき、僕はやっぱし、あの、僕は宣教師だから神様選びますよと言って帰りに一杯飲んで酔っ払ってクビになっちゃったんですよ。ね、そういう場合ですと、あの、やっぱし、あの人達が良くなったんだから、ちょっとしたら私も良くなるんじゃないかという小さな始まり、それは、マックで新しい人達



に対して、狙っているのはそれです。ちょっとした私も、俺も、やっぱし人間によりますけどもね。良くなるんじゃないかという小さな希望抱くのは、私達の第一の仕事だと思います。それでその次の、私達狙っているのは、その同大の先生と同じですけどもね、プログラムがあるから、プログラムやる気が必要です。最後まで三か月のプログラムがあるから、一月半は何にもならない。二か月は何にもならない。三か月のプログラムがあるから、それやって貰う。それで、その最後に、狙っているのは、最後までやる決心です。人間の場合は、どの病気でも自分自身の人生なおすために二つのもの必要、やる気と決心です。それがなければ人間の場合何もならない。良くなる可能性がないということです。ステップの意味わからない、それわからなくてもいいんです。そういう仕事やってますので、あの、それが必要です。けれども、この三日間の間に、あの、皆さんにわかっていただきたいことは、私たちにはこういうものが必要だったということです。関係者に必要ないということわかるんです。しかし、病気かかっているのは私たちですから良くなっていくためにこういうものが必要であるということだけわかったください。それ、自分自身の心理学やると、わからなくなっちゃうと思います。私たちの話だけ聞いてください。出来るだけ、なぜこういうものが必要だったという

こと、出来るだけ自分自身の経験によって説明しますから。必要なものは耳開いて聞いてください。それだけたのみます。あとで自分自身たちを責任もってやりますので。そいで私達のやっているのは、その、A Aのプログラムですけどもね、その、ステップの話しに入る前に、その、A Aのプログラムの説明を、A Aのステップの説明をちょっと田中神父に、あの、説明して貰いたいと思いますから、よろしく願います。あの、神父だけでないんですよアル中になるのは、あとで、全然関係ない人達一杯出てきますから、もうちょっと頑張ってください。

(次号へ続く)

—— お 知 ら せ ——

今年の7月に行われたみのわマック15周年の集いのビデオ、カセット、記念誌を販売しています。価格は下記の通りです。

ビデオ(VHS)	3, 360円
カセット	1, 250円
記念誌	750円

マックの生みの親であるジャン・ミニー神父のユーモアあふれるスピーチなども収録されています。ご希望の方はみのわマック(03)5974-5091まで電話注文をしてください。

みのわマックを支える会 会員の皆様へ

移転や15周年をきっかけにみのわマックを運営していくことが職員だけでは手薄になってきたために、昨年の6月多方面の方の協力をもとに「みのわマック運営委員会（準備会）」が発足しました。以後月1回定期的に会を重ねて、準備会の中から今年の7月

「みのわマックを支える会」が誕生し、おかげ様で会員数も増え、みのわマックへ毎月お金の援助も行っています。

会員の皆様に、今準備会でどのような活動が行われているのか簡単に報告させていただきます。

準備会が始まった当初の課題は移転と15周年でした。おかげ様で、6月には移転が、7月には15周年が無事終了し、一息つくことが出来ました。8月以降は主に、次の二つについて取り組んでいます。

①財源の確保

苦しんでいる仲間に安定したサービスを続けていくために必要です。大口の財源として、東京都と区から地域の作業所に補助金を支給する制度があります。この援助金の交付を受けるために行政に働きかけを行っています。

②準備会を運営委員会へ

準備会を正式に運営委員会に昇格させるため、運営委員会の定款作りなどが話し合われています。

最後に8月から10月までの収支報告を簡単ながらさせていただきます。

収 入 の 部	8 月	正 会 員 会 費	126,000
		法人会員会費	
		賛助会員会費	42,000
		図 書 売 上	
		合 計	168,000
	9 月	正 会 員 会 費	132,000
		法人会員会費	
		賛助会員会費	22,390
		図 書 売 上	13,060
		合 計	167,450
	10 月	正 会 員 会 費	239,000
		法人会員会費	20,000
		賛助会員会費	76,436
		図 書 売 上	57,850
		合 計	393,286
支 出 の 部	8 月	事 務 経 費	
		払込み料金	1,020
		みのわマックへ	
		合 計	1,020
	9 月	事 務 経 費	54,307
		払込み料金	1,920
		みのわマックへ	200,000
		合 計	256,227
	10 月	事 務 経 費	43,479
		払込み料金	2,640
		みのわマックへ	
		合 計	46,119

たんこう

炭坑のカナリア

ここ2、3年みのわマックを訪れて来る20代から30代前半の方が増えてきました。10代の方もまれに訪れてきます。近年多くの関係各機関でも同じような問題が指摘されています。アルコール・薬物だけではなく、食事やギャンブル、SEX、極端な対人恐怖感。その特徴は彼らが家庭で行き詰まり（息詰まり）を感じていたということです。

人から聞いた話なのですが、炭坑で働いている坑夫は身の安全を守るために、カナリアをカゴに入れて炭坑に持ち込むそうです。人体に有毒なガスが炭坑にたまり始めるとカナリアが死にます。こうして危険を察知して、避難するそうです。彼らを見ていると日本という社会のカナリアに見えてきて心が痛みます。少し大げさかもしれませんが、日本の社会全体の価値観が変わらないと大変なことになるような気がします。そこ（底）まで行かないと向きを変えないのかもしれませんが・・・

社会の根っこは家庭です。子供が子供らしく生きられない家庭が増えてきているのではないのでしょうか？子供と係わる時間も少ないくせに、どうでもいいような価値観（有毒なガス）だけを子供に押し付けて叱りつけている親が多いのではないのでしょうか？



カナリアと付き合うことは多少疲れます。しかし、丁寧に付き合っていると心を開いてくれます。自分の方から助けを求めるようにもなります。カナリアから教えて頂くことが沢山あります。何が有毒なガスかということです。とても大切なことです。

みのわマックも東京都社会福祉振興財団の助成金を頂いたり、支える会から援助を頂いたり、職員の福利厚生も考えられるようになり、少しずつ安定の方向に向き始めました。安定（安心）は大切なことです。有毒なガスにもなることを教わりました。

今、神様からお願いされていると思います。『カナリアをよろしく』と。彼らと一緒に生きていくことがみのわマックに今、必要なことです。

みのわプログラム利用者報告

平成5年8月9月10月

どこから 来ているのか？		今月からの 利用者			先月から継続している 利用者			合 計			計
		8月	9月	10月	8月	9月	10月	8月	9月	10月	
病 院	H 病 院	1	1		2	2	2	3	3	2	8
	A 病 院	1	1		1	2	2	2	3	2	7
	Sクリニック				1	1	1	1	1	1	3
	Sセンター	1	1	3		1	3	1	2	6	9
	小 計	3	3	3	4	6	8	7	9	11	27
施 設	I 施 設			1	1	1		1	1	1	3
	D 施 設		2				1		2	1	3
	小 計		2	1	1	1	1	1	3	2	6
福 祉 事 務 所	都内23区		1	2	1	1	2	1	2	4	7
	都内23区外				2	2	1	2	2	1	5
	東京都以外		1	1			1		1	2	3
	小 計		2	3	3	3	4	3	5	7	15
そ の 他 友人、家族、AAメンバーの紹介など		1	3	1	1	3	9	5	14	12	32
合 計		4	10	8	2	11	18	25	29	26	80

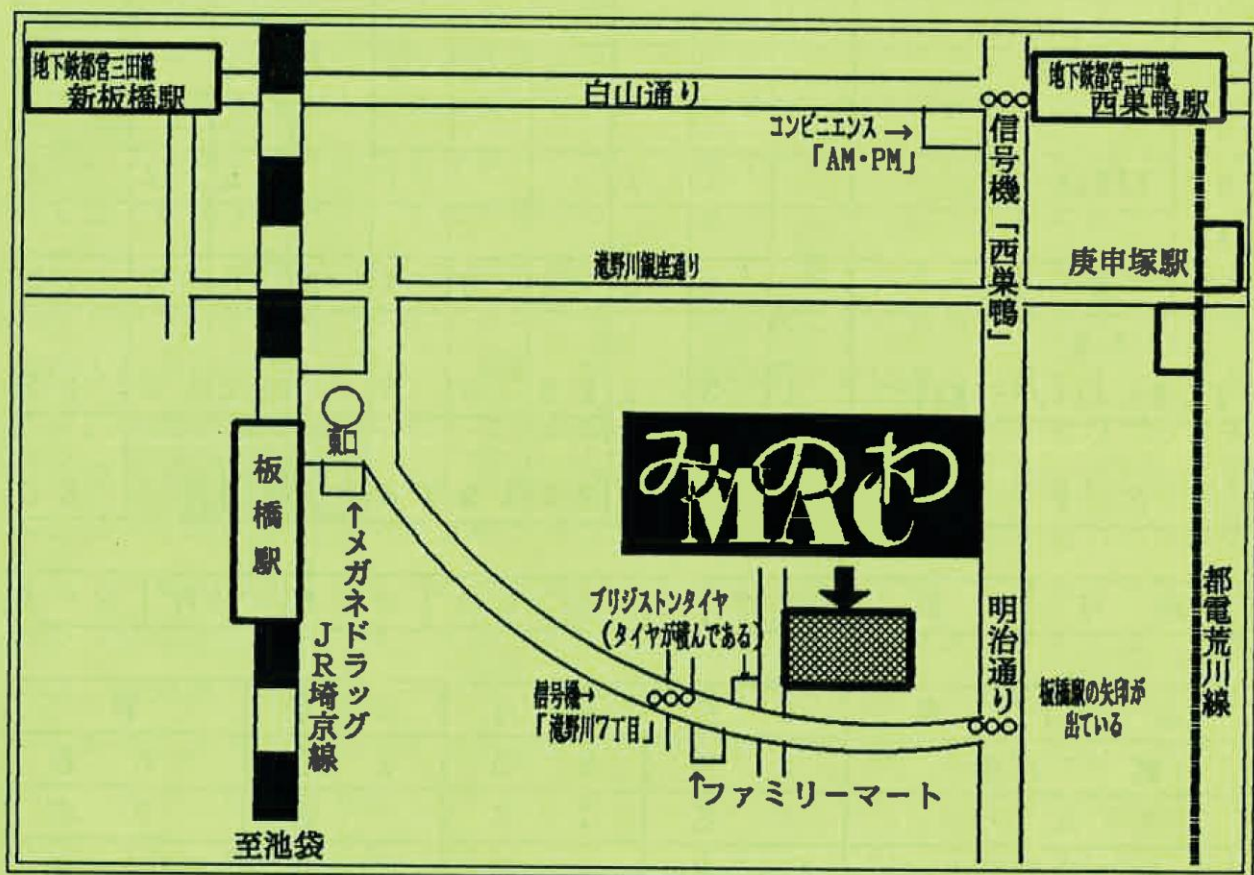
利 用 者 数	8 月	2 5 名	9 月	2 9 名	10月	2 6 名
---------	-----	-------	-----	-------	-----	-------

修 了 者	8 月	9 月	10月	計
就 労	2 名	5 名	1 名	8 名
A・A へ	2 名	1 名	名	3 名
他の施設へ	名	1 名	名	1 名
計	4 名	7 名	1 名	12 名

アルコール・薬物依存症からの回復 みのわマックプログラム

- 東京都北区滝野川 7-31-7 ☎ 114
- ☎ (03)5974-5091・5092 FAX. (03)5974-5093
- 年中無休 AM9:00~5:00まで

アルコール・薬物依存症からの回復には仲間との出会いが必要です。みのわマック・プログラム（無料）は、グループ・セラピーで組み立てられた3ヵ月間のプログラムです。団体生活で人間関係について考え、規則的に通所することで、健康的な生活習慣を取り戻してゆきます。その他、回復の初期には色々な問題にぶつかります。ミーティングやカウンセリングで問題の解決を学びます。みのわマックに通所する3ヵ月間で飲まない生活の基礎作りをし、地域社会へ戻ります。



★みのわマック交通案内図★JR埼京線板橋駅下車徒歩5分★地下鉄都営三田線新板橋駅下車徒歩10分★都電荒川線庚申塚駅下車徒歩15分