



2025年1月号

～ 目 次 ～

新年のご挨拶・・・・・・・・・・2～6
スケジュール・・・・・・・・・・7
会計報告・・・・・・・・・・8

おめでとつございます



新年あけまして

『新年おめでとうございます』

後援会長 寺崎 一男

新年おめでとうございます。

旧年中は多くの関係機関の皆様、後援会員の皆様には、一方ならぬご支援を賜り、厚く御礼申し上げます。お陰様で『さいたまマック』が、より良質なプログラムを提供し続けるために必要な運営経費の一助として、昨年も資金支援を行うことができました。経済的支援以外としては2月のステップセミナー、3月の七福神巡り、6月の感謝の集い、9月の宿泊研修会、年末の餅つき大会などの準備・実行がございました。

後援会長という大役を仰せつかり今年で4年目となります。

後援会員の高齢化による会員数減少に対する対策が未だ決め手がなく苦慮している中で、少しずつ出来る事から実現して行きたいと考えております。

また、皆様からのご意見・ご要望に耳を傾けて善処を尽くしたく思っておりますので、お気付きの点などございましたら、遠慮なくお申し出下さいますよう、よろしくお願い致します

私自身10年程前に『さいたまマック』のお世話になり、いまの私があると思っております。今後も多くの人々の人生に希望を与える『さいたまマック』を微力ながら精一杯支援させて頂ければと思います。そして、どうか皆様も引き続きご協力の程、何卒よろしくお願い申し上げます。



新年の挨拶

代表理事 杉村 利政

謹んで新春のお喜びを申し上げます。

先月の1日に新生 白峰クリニックの内覧会に参加してきました。「とても素晴らしいクリニックが、埼玉県にも出来たな！」と言うのが率直な感想でした。今までは依存症のクリニックと言うと、都内に何カ所か有るだけで、埼玉県は病院が中心でしたが、クリニックには寄り添って下さる感が有るのは自分だけでしょうか？

白峰クリニックの理事長が、さいたまマックの囑託医を24年間無償で続けて頂いて、山崎茂樹先生です。今までのご御礼を申し上げますと共に、今後とも宜しく申し上げます。

また、白峰クリニックの名誉院長になられた、元ひがメンタルクリニックの比嘉千賀先生は、さいたまマックが日頃からお世話になっている先生ですので、とても心強いクリニックが誕生しました。高齢とおっしゃっておられましたが、年齢を重ねられた方からしか放たれない周りの人々を安心させ、頼られる存在に成られておられました。御自愛頂き末永い御活躍をお祈り申し上げます。

時間が経つのは早いもので、本施設も今年で24年を迎えます。県内でのアルコール医療の中で、さいたまマックは頼られる存在になっているだろうか？本人やご家族を安心させる存在に成っているだろうか？

ありがたいことに、一昨年は県からの表彰状、昨年は何と名誉なことに、国から表彰状を頂きました。

今年は、周りの方々を安心させ、頼られるそんな、さいたまマックに成るように、依存症者にしか出来ない方法でそれを達成して行きたいと思います。その為にも、職員はスキルを伸ばし、知識を付け利用者に必要なサービスを提供出来るよう努力していきましょう！

そして、発足当時から御尽力頂いた、山野さんが運営委員会を離れられました。私も後進に道を譲る準備をしておかないと、今のマックを継続することは難しくなることに気付きました。知らないうちに時間は静かにゆっくりと通り過ぎていきます。時間は無限ではありませんでした。これからの、苦しんでいる御家族、御本人のため、我々も努力してゆきますので、皆さまもお力添えお願い致します。

本年も宜しく御願い申し上げます。

新春によせて

所長代理 影下 妙子

あけましておめでとうございます

昭和に生を受け、平成そして令和と三つの年号を生きて尚、ここに仕事を賜っている毎日を心より御礼申し上げます。

開設当初、マックのお手伝いを申し出た一番の理由は『昼に温かなご飯と味噌汁を作りたい』それだけでした。それこそが一番大切な気がしていたので週に4回の昼食係、若いから頑張れました。

そして65歳の定年を迎えたのが入職11年目。その後定年延長1年と再雇用1年をも勤めさせて頂き計13年間。

温かな昼食を用意して下さるボランティアの修了者も少しずつ増えましたので、心残り無く退職し、前々から興味を持っていた仕事に就こうと心馳せておりました。

そんな折『辞めずにお力をお貸し下さい』と監事の藤原先生より有り難いお声掛けを頂いたのです。長年夢見ていた仕事を諦めるのに少し悩みはありましたが、藤原先生のお言葉をお断りする理由はどこにも無く快諾させて頂きました。仕事を続けるのなら『温かな昼ご飯』をもう一度作りたくと、股関節のオペを決心した瞬間でもありました。そんなあの日から10年本当にお世話になりました。ありがとうございます。

そして今、私が一番大切に向き合っている手作りの昼食は、マックを修了された方々に全てを委ね安心の日々を過ごしております。

マックにここまでお世話になる事は私の人生設計にはありませんでした。これこそが『神様の計画通り』なのではないでしょうか。24年間手伝わさせて頂いた最後の大仕事は申し送りです。一つ一つ整理しながら勧めさせて頂いておりましたが、その作業は、自分の人生の整理そのものです。それは決して終わりということではなく新たなる課題が産まれる場面でもありません。充実感に満たされながら『〇〇終い』の責任と『老い』の役割を楽しみながら日々を重ねております。

皆々様のご多幸とご活躍をお祈り申し上げますと共に、本年も何卒よろしくお願ひ申し上げます。

謹賀新年

就労支援員 渡部 泉

明けましておめでとうございます。

皆様におかれましてはお健やかに新しい年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

旧年中は関係機関の皆様をはじめボランティアスタッフそして後援会の方々から温かいご支援を賜りましたこと、心より御礼申し上げます。ありがとうございました。

昨年は久しぶりに修了者を送り出すことが出来ました。私自身がさいたまマックに通所していた当時は利用者も多く、毎月のように修了ミーティングが行われていました。身近にマックプログラムの先ゆく仲間がいることが心強く、自分自身の目でプログラムが進んでいく様子を見ることができたことで安心してさいたまマックに身を置いていたことが懐かしく思い出されます。修了後もさいたまマックに来てくれる人達の元気な姿を見る度に嬉しく思うと同時に、ここはいつまでも私たちにとって大切な『居場所』なんだと改めて感じています。昨年からは修了者の方に医療機関への施設紹介に同行して頂き体験談をお話しして頂いております。おかげさまで利用案内に深みが出てこれまでとは少し違った心に響くアピールが出来ているように思います。ご同行頂いた皆様、貴重なお休みの時間にご協力いただきまして心より感謝申し上げます。

最近のさいたまマック利用者数は残念ながら減少傾向にあります。さいたまマックがこれまで培ってきた経験と回復を願う人たちを手助けしたいという情熱はこれまでと変わっていませんが時代の流れとともにニーズの変化を感じることも多々あります。

これからは今までの経験を活かしつつ多方面の関係機関と連携し周囲のお力を借りながら新たに『さいたまマックが出来ること』を見つけて提案していけたらと思っています。

本年も引き続き皆様方のご支援、ご鞭撻をお願い申し上げますとともに、皆様のご健康とご多幸を心よりお祈り申し上げます。



新年あけましておめでとうございます。

相談員 矢川 太志

昨年は大変お世話になりました。

皆様にお支え頂きました事、誠に感謝申し上げます。

さいたまマックにお世話になりまして早1年と8カ月が過ぎました。昨年を振り返ってみて、自分自身に『何が出来たか』より『何もできなかった』と云う思いでいっぱいになります。毎日仕事と向き会って少しでも何か役に立てればとの想いと、自分の経験・勉強不足の間で苛まれる日々が続きました。

また通所なさっている皆様を私自身が『受け入れる』ことの難しさを何より痛感いたしました。

しかしながら、弊所で行われています事例検討会でのご意見をいただいた事、いろいろな開催されておりました AA や他施設などのセミナーで医療関係皆様の体験談を伺えた事、そしてボランティアスタッフ皆様、友人、さいたまマックスタッフの皆様が大変明るく接していただいた事に、私自身大変救っていただいた一年でもありました。

私は今年で還暦を迎えます。さいたまマック相談員としてまだまだ勉強が必要な事を感じております。思えば20年前にさいたまマックにお世話になっていた事を思い出すと、このように60歳になって、さいたまマックにお世話になり、ましてや、いまだ勉強をする事が出来る事、そして皆様からいろいろなお言葉を頂戴して過ごせることは大変な幸せでございます。私にとってもいまだにさいたまマックは『安心できる居場所』であります。

通所していただいている仲間、これからマックを利用していただける仲間、そして皆様にとって『安心できる居場所』を続けられますよう、ご支援、ご鞭撻の程、どうぞよろしくお願ひ申し上げます。

本年も皆様のご多幸をお祈り申し上げます。



1月の通所者プログラム

- 1日（水）ニューイヤー宿泊研修会（長瀬荘）
- 2日（木）家事プログラム（終日）
- 9日（木）誕生会
- 11日（土）スポーツプログラム
- 16日（木）マックダルク合同オンラインミーティング
- 23日（木）調理実習
- 25日（土）視聴覚プログラム
- 28日（火）マック便り発送
- 30日（木）ビジネスミーティング



1月のスタッフ渉外活動・自己啓発活動

4日（土）家族ミーティング	17：00～18：30
9日（木）マック利用案内 久喜すずのき病院	13：30～15：00
11日（土）マック利用案内 与野中央病院	13：45～15：30
14日（火）事例検討	15：30～17：00
15日（水）マックダルク連絡会（オンライン）	18：30～20：30
17日（金）家族ミーティング	13：00～14：30
マック利用案内 済生会鴻巣病院	14：30～15：30
18日（土）家族ミーティング	17：00～18：30
21日（火）家族教室 県立精神保健福祉センター	13：30～15：00
29日（水）マック利用案内 県立精神医療センター	14：00～15：00

後援会 11 月会計報告

収入の部	会員献金	119,000	支出の部	事務費	10,517		
	賛助会員			印刷費	5,500		
	法人会員	50,000		通信費	19,503		
	会場献金	-		行事費	13,000		
	雑収入	-		雑費	1,050		
	(空欄)			(空欄)		運営委員会	-
	① 収入合計	169,000		② 支出合計	49,570		
				③ 収支差額 (①-②)	119,430		
				前月繰越金	2,033,001		
				次月繰越金	2,152,431		

【後援会会員募集】

暖かで家庭的な雰囲気引き付けられて訪れたアルコール依存者がいます。マックが醸し出す雰囲気は闇夜を照らす灯台。この灯を照らし続けるために、私たち後援会はマックと云う灯台を支えております。一人でも多くの方が支えの環に入って頂ければと思います。お問い合わせは、下記後援会までお願い致します。

発行：さいたまマック後援会

住所：〒337-0032 さいたま市見沼区東新井710-33

鎌倉ハイツ1階さいたまマック内

Tel & Fax：048-685-7733

ホームページ：http://www.saitama-mac.com

献金宛先：さいたまマック後援会<郵便振替>

郵便振替：00100-7-151361 さいたまマック後援会