

## ご家族の方へ

### 依存症でお困りではありませんか？

『夫がアルコール依存症で入退院を繰り返している』  
『ギャンブル依存症の息子が借金を返済しては借りる事の繰返して頭がおかしくなりそうだ』  
『依存症の娘のどう扱ったらいいかわからない』

ご家族の方の手助けのために北九州マックでは

### 家族相談を実施しています！

TEL:093-967-7691(9時~5時)

依存症はアルコールやギャンブル、買い物、薬物のことなどで注意をしても機嫌をそこねて対応が難しくなります。

ご家族はイライラが強くなり疲れ切ってしまいます。

依存症からの回復には、ご家族の方が病気のことをよく知り、対応を学ぶことが回復の近道になります。

ご家族の方々の悩みを聞き、サポートいたします。



## アクセス

●JR鹿児島本線・小倉駅 『小倉駅バスセンター』乗車  
1番乗場  
【110】恒見営業所 行  
【134】志井車庫 行 【138】弥生が丘営業所 行  
3番乗場  
【45】中谷 行  
4番乗場  
【27】八幡製鉄総合センター 行  
各々『ソレイユホール・ムーブ前』下車

●JR鹿児島本線・西小倉駅 『西小倉駅前』乗車  
【45】中谷 行 【76】八幡東NT第一 行  
【79】スペースワールド 行 【110】恒見営業所 行  
【134】志井車庫 行 【138】弥生が丘営業所 行  
各々『ソレイユホール・ムーブ前』下車

●北九州モノレール 『旦過駅』下車 徒歩 15分



## どんな依存症も回復します！



### もう一人じゃない！

### マックはあなたのそばにある。

アルコール依存症 ギャンブル依存症  
摂食障害 買い物依存症 ゲーム依存症(ネット依存)  
ご家族の問題...etc.

地域活動支援センター

## 北九州マック

〒803-0814  
福岡県北九州市小倉北区大手町6-27  
管工事協同組合ビル3階  
TEL:093-967-7691  
FAX:093-967-7692  
PHS:070-5456-4843

## 北九州マックとは

マックの名前は1978年に東京の山谷地区(三ノ輪)に開設された三ノ輪マック(現:みのわマック)に由来します。当時、回復の見込みのなかったアルコール依存症から多くの人々が解放され、家族や医療分野の方々から称賛の声があがりました。その実績と多くの理解者に支えられてマックの運動は全国的に広がり現在では17のマックが全国で活動をしています。その流れから、北九州マックを支える会を中心とする多くの理解者の支援のもとに、2012年6月に開設されました。

## 北九州マックのプログラム

依存症からの回復には2つの大きな要素が必要です。一つ目は回復者の支えを利用することです。相互支援グループ(AAやGAなど)への参加を勧めています。また、ミーティングを中心とした参加者同士の分かち合いの時間を多くとっています。

二つ目は12ステッププログラムの活用です。AA(アルコールクス・アノニマス)は1935年にアメリカで生まれた相互支援の運動です。そこで使われている12ステッププログラムは当時アルコール依存症が社会的な問題になり、解決策のなかったアメリカで画期的な成果を上げました。なんと、半数以上のアルコール依存症者が回復への道を歩き始めたのです。日本でも近年12ステッププログラムが見直され、みのわマック(東京)でも大きな成果をあげ、半数以上が回復への道を歩き始めています。

## 利用から終了までの流れ

- ① 電話にて問い合わせ **093-967-7691**  
↓
- ② 初回面接 → ③ 体験利用(1週間程度)  
↓
- ④ 正式にスタートします (支援内容)
  - \* 通所プログラム提供(おもにミーティング)
  - \* 個別支援(日常生活の指導等)↓
- ⑤ 支援終了 (終了の目安)
  - \* 地域の自助グループにつながり、就労などにより自立のめどが立った、あるいは安定した状態です。↓
- ⑥ フォローアップ・見守り支援
  - \* 終了後も週一回程度の利用を勧めています。
  - \* 就労・生活面での支援を他機関と連携して継続的に行います。

### 週間スケジュール

	月	火	水	木	金	土	日
午前	テーマ ミーティング	テーマ ミーティング	レクリエーション	テーマ ミーティング	テーマ ミーティング	テーマ ミーティング	テーマ ミーティング
午後	ステップ ミーティング	テーマ ミーティング	テーマ ミーティング	テーマ ミーティング	男女別 ミーティング	テーマ ミーティング	テーマ ミーティング
夜	AA、GA、NAグループなどのミーティング						

## 開所日時等

- ① 開所日 年中無休
- ② 開所時間 午前9時～午後5時
- ③ 利用条件 回復への意欲のある方
- ④ 生活訓練 清掃や運動、調理実習なども行います
- ⑤ その他 12ステップグループのセミナー等への参加

## 相談支援・プログラム利用は無料!

調理実習やレクリエーションの実費、移動の際の交通費は除きます。

## お問い合わせはお気軽に!

**093-967-7691**