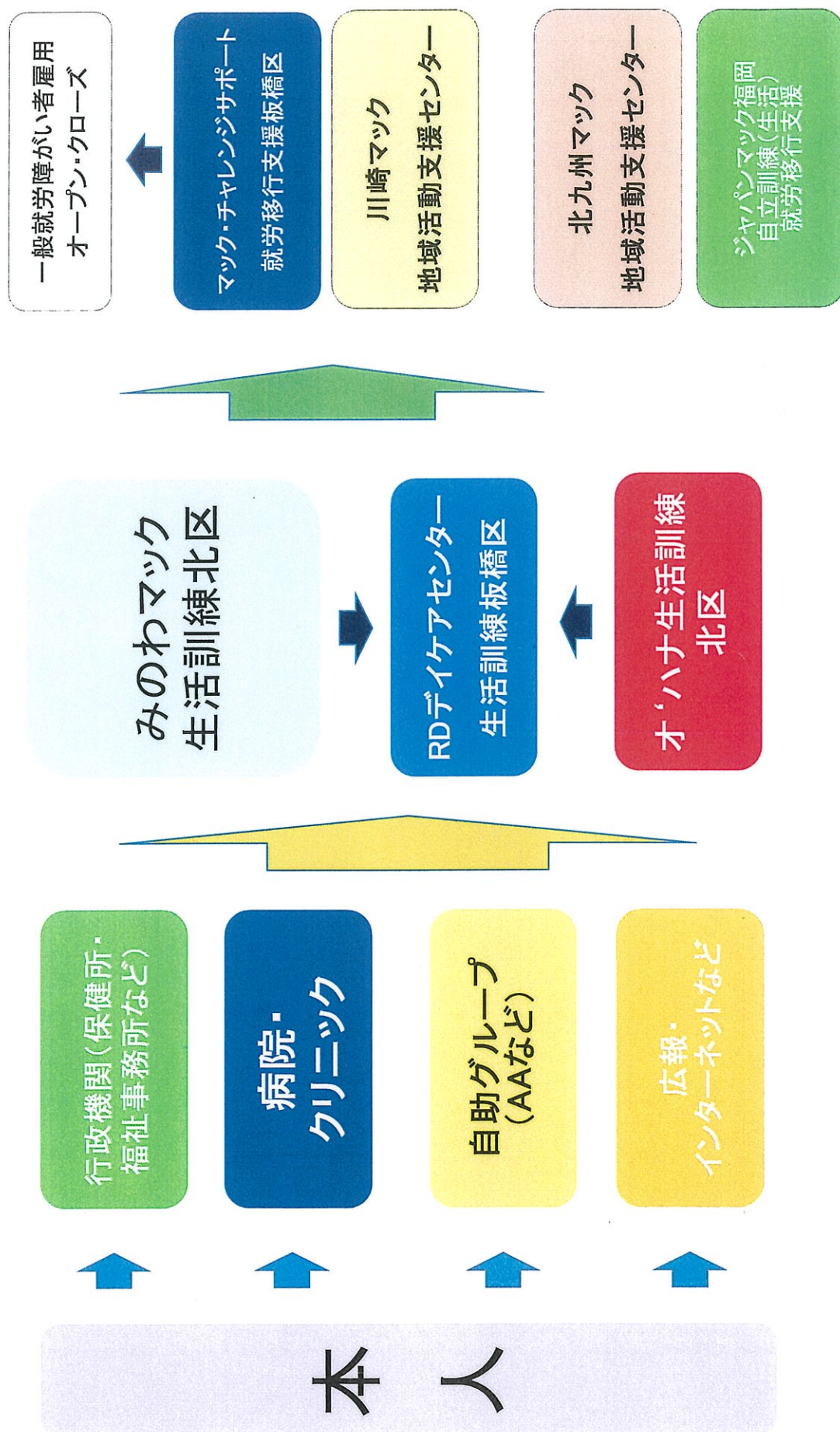


ジャパンマツク利用の流れ



依存症や嗜癖は回復する病気です

特定非営利活動法人ジャパンマック

ご家族の方もお気軽にご相談ください

依存症

アルコール
依存症



ギャンブル依存症



薬物依存症
危険ドラッグ



摂食障がい



買物依存症

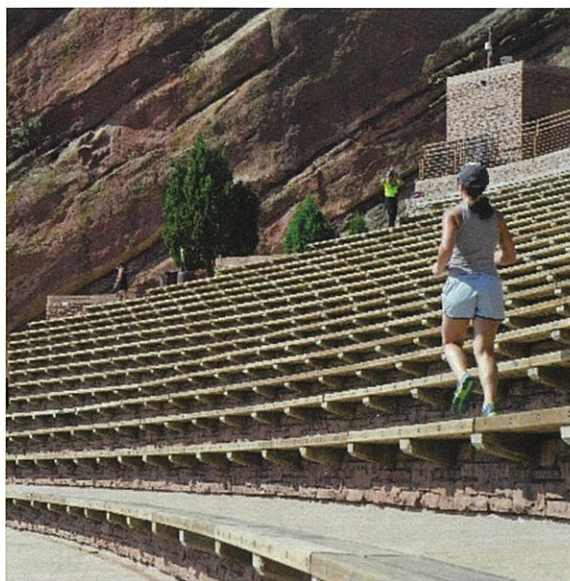
ゲーム依存症
SNS依存症
スマホ依存症



等等...

いっしょに

回復した依存症者達による



あゆむ

依存症者のための

わかちあう

依存症の回復支援施設



でも、大丈夫。

一緒なら、やりなおせます。



依存症から回復
した人に、あなたは
会ったことがありますか？

大丈夫、一緒なら、きっとやり直せます。

マックでは…

「回復したスタッフ」に会えます。



※研修やスーパービジョンなど、
スタッフの育成に努めています。

医療機関や福祉関係者などとも積極的に連携し、
必要な支援を一緒に考えます。



※福祉事務所や関係機関
などの研修の受け入れを
行っています。

「回復のプログラム」があります。



・依存症はやり直せる（回復できる）病気です。

・ジャパンマックでは、長い歴史にもとづいた、

あなたにあった、あなただけのプログラムを、ご提供します。

・今までも、これからも、共に暮らし、問題を分かち合い、12ステップに取り組めます。

・また、性別、年齢を問わず、多様化するアディクションによる、多様な悩みに対応しています。

社会・家庭に戻った修了者に出会えます。

依存症者の



効果的で実践的な
シンプルなプログラム

依存症者による



スタッフは回復者です

依存症者のための



仲間と一緒に
取り組みます

回復支援施設です



ジャパンマックは全国に21施設

- ・自立訓練(生活訓練) 3 ・多機能型(生活訓練・就労移行) 1
- ・地域活動支援センター 2 ・就労移行支援 1
- ・指定特定相談支援事業所 1 ・ナイトケア13 (2017年4月現在)

障害福祉サービス自立訓練(生活訓練)事業



みのわマック

依存症者のための通所施設です。

〒114-0023 東京都北区滝野川 7-35-2
TEL 03-5974-5091



ウィメンズ アディクション サポートセンター



オハナ

依存症者のための通所施設です。

〒114-0023 東京都北区滝野川 6-76-9
TEL 03-3916-0851 エスポワール・オチアイ501・601



地域活動支援センター



川崎マック

依存症者が地域で生活する支援をしています。

〒210-0812 神奈川県川崎市川崎区東門前 2-2-10
TEL 044-266-6708

就労移行支援



マック・チャレンジサポート

依存症者が就労に取り組む施設です。

〒173-0004 東京都板橋区板橋 4-4-3
TEL 03-6912-4853 白鳩マンション201

指定特定相談支援事業所／ジャパンマック事務局



マック・ファミリーエイド

ご相談は、こちらへ！
依存症は、早期対応が
大切です！

TEL 03-3916-7878

〒114-0023 東京都北区滝野川 6-76-9
エスポワール・オチアイ1階



RDデイケアセンター

12ステップに集中的に取り組む施設です。

〒173-0004 東京都板橋区板橋 4-6-1
TEL 03-5944-1602 スカイプラザ2J

多機能型（生活訓練・就労移行支援）



ジャパンマック福岡

依存症者のための通所施設です。
就労支援にも取り組んでいます。

〒812-0043 福岡県福岡市博多区堅粕 3-19-19
TEL 092-292-0182



北九州マック

依存症者が地域で生活する支援をしています。

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

ナイトケア施設



入所施設もございます。お気軽にご相談ください。



ジャパンマックのお問い合わせ・依存症に関するご相談は マック・ファミリーエイドへ

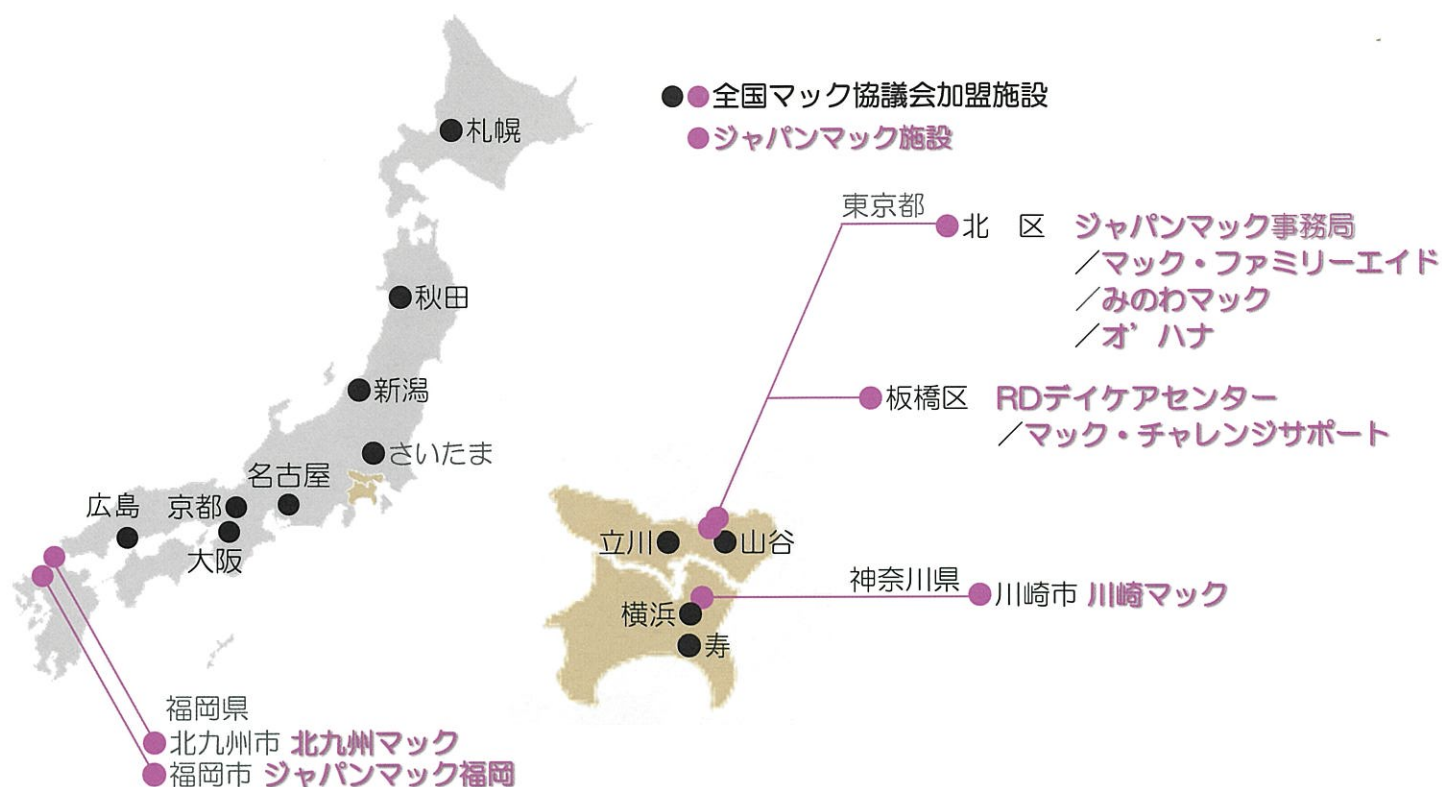
- ① ジャパンマック各施設の利用や費用についてのお問い合わせ、ご家族や関係者の方からのご相談や、プログラム提供、法人への問い合わせなどを行っています。
- ② また、相談支援事業所として、『サービス等利用計画』などの作成も承っております。

費用

- ① 障害福祉サービスは「障害者総合支援法」に基づく費用負担があります。

- ② ナイトケア施設については、実費相当額程度の費用が掛かります。
- ③ 生活保護を利用中の方もご利用できます。





ジャパンマックの歴史

▶1978年6月

荒川区東日暮里の一軒家に、

設立者ミニー神父が、

日本で初めての12ステッププログラムによる

通所リハビリテーション施設として、三ノ輪マック開設。

▶その後、大阪、札幌、千葉などにもマックを開設する。

▶1984年

マックグループとして、各マックが独立、運営する形へ移行する。



▶1993年5月

北区滝野川に移転、施設名をみのわマックに変更する。

▶移転と並行して、関係者にも協力を求めて、

みのわマック運営委員会による運営に変更する。

▶1994年

・第46回『保健文化賞』受賞。

・北区より精神障害者共同作業所として補助金を交付される。

▶2002年

特定非営利活動法人ジャパンマックとして認証される。

▶2015年

日本アルコール関連問題学会 第5回『河野裕明記念賞』受賞。

全国マック協議会(マックグループ)とは？

メリノールレジデンス(大宮ハウス)から三ノ輪マック、そして現在の各会員施設につながる**基本的な活動理念**を再認識することを目的とし、各会員施設がその共通の活動理念の下で**施設運営**を行うことを確認し、協議していく【場】として作られました。

マックグループの基本理念

相互支援グループとして経験と希望を分かち合い、
飲まない生活を維持するための
知恵や「回復のプログラム」を提供することにより、
利用者が新たな「生き方」を育むための
環境を準備する。

■ ジャパンマックは、全国マック協議会(マックグループ)の一員です。



J A P A N M A C

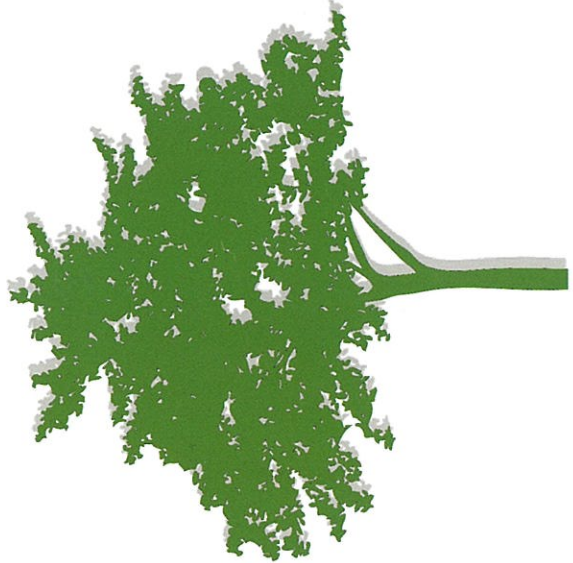
<http://japanmac.or.jp>

TEL 03-3916-7878

アルコール依存症リハビリテーションセンター
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

“アルコール・薬物依存症者の回復への手がかり”

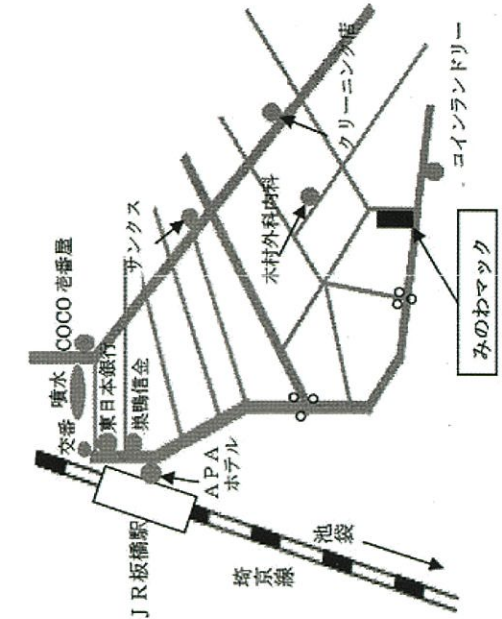


アルコール依存症リハビリテーションセンター みのわマック

アルコール・薬物などの依存症は病気です。早期発見と早期治療が回復への近道です。特に回復の初期に適切な治療を受けることが、病気の悪循環から解放されるために大切です。

みのわマックでは回復の初期に“アルコール・薬物依存症”という病気の正しい知識を知り、回復のための適切な方法を身に付けることを目的としています。特に、みのわマックではスタッフが全員がアルコール・薬物などの依存症から回復した本人であるため自身の経験を通して共に回復していくことを考えています。

ご家族の相談も受け付けています。



週間スケジュール

	月	火	水	木	金	土	日
午前 10 : 00 ~ 11 : 30	ミーティング	ミーティング	ミーティング	ミーティング	ミーティング	AA ミーティング	AA ミーティング
午後 1 : 30 ~ 3 : 00	ミーティング	ミーティング	ミーティング	ミーティング	ミーティング	AA ミーティング	AA ミーティング
夜間 7 : 00 ~ 8 : 30	AA ミーティング	AA ミーティング	AA ミーティング	AA ミーティング	AA ミーティング	AA ミーティング	AA ミーティング

マック・プログラム

アルコール・薬物依存症からの回復には、同じ病気から回復した、または回復したいと願っている仲間との出会いが必要です。マック・プログラムはグループセラピー(ミーティング)を中心に組み立てられたプログラムです。

ミーティングを中心とした団体生活で人間関係について考えます。また、規則的に通所することによって健康的な生活習慣を取り戻します。そのほか、回復の初期にはこの病気が引き起こされたいろいろ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からの解決方法を学びます。

みのわマックに通所することで飲まない生活の基礎作りをし、地域社会へ戻ります。

□利用料

障害者総合支援法による1割負担を
していただく場合があります。
区市町村の窓口で障害者総合支援法の
『障害福祉サービスの訓練等給付』の
申請をお願いしています。

□面接の申し込み・お問い合わせ

年中無休
AM 9 : 00 ~ PM 5 : 30
☎ 03-5974-5091
〒 114-0023
東京都北区滝野川 7-35-2

アルコール依存症リハビリテーションセンター ミニレジデンス

マックとは、アルコール・薬物などの依存症にかかった人
のためにつくられたリハビリテーションセンターです。1978
年、自らがアルコール依存症という辛酸をなめ、そこから
回復したカトリックのアメリカ人神父が東京の下町に設立
したのが始まりでした。

この施設はアルコール・薬物などの依存症者を、その病的
な依存から回復に導く手助けを目的とする日本初のリハビ
リテーションセンターです。依存症者はここで仲間と共に生
活することでアルコールをやめ続ける方法と回復への道を
知り、新しい生き方を学び、自立していきます。

入所資格

仲間との生活を通して、マック・プログラムを実践してい
こうと思っている方。ミニレジデンスは12ステッププロ
グラムに基づいて飲まないで生きていくことについて、
訓練していくための施設です。入所に関しても、最終的な
判断は本人に委ねられます。（強制はしません。）

□定員 6名

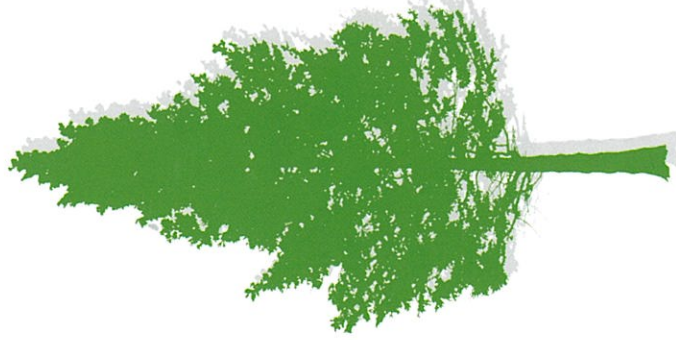
□入所期間 8ヶ月～1年

□指導内容

- 1 面接・相談(みのわマックにて)
レジデンス入所希望者とみのわマックススタッフが面接
し、回復のためのプログラムとレジデンスプログラムにつ
いて説明します。
- 2 個人カウンセリング
入所の生活指導、金銭管理、健康管理などについて話し合います。
- 3 グループミーティング
同じ問題を持った仲間との分かち合いの中で、酒や薬な
どを使わない生活の基礎作りをしていきます。
- 4 レクリエーション
社会生活の中での気分転換、団体生活の訓練をレジデ
ンスでの生活とマック・プログラムを通して身に付けていき
ます。
- 5 就労支援
入所者の健康状態などに応じて、スタッフの判断のもと
に個人と話し合って、就労の支援を行います。

ミニレジデンス

アルコール依存症リハビリテーションセンター



ミニレジデンス 1日のスケジュール

AM		PM	
7:00	起床	1:30	ミーティング
7:45	朝食	3:00	自由時間
8:30	みのわマックへ	7:00	AA ミーティング
10:00	ミーティング	9:30	帰宅
11:30	昼食	11:30	就寝

マック・プログラム

われわれは、マックのプログラムにしたがって、毎日グ
ループセラピーを行っているアルコール・薬物依存症者の
集まりである。

マックにおいて要求されることは、アルコール及び薬物
等のない人生を歩きたいと思うことだけである。マックの
プログラムは自分自身にとって、アルコール・薬物等とはど
うなものであったかを、自分に正直に見つめる、訓練の場
である。

司会者の提案は、われわれアルコール・薬物依存症者がこれ
から飲まないで生きるための道案内である。

なお、マックのミーティングで仲間から話されたことは、
外部に対して秘密とする。

マックが使っている回復のプログラムは AA の 12 ス
テップのうち [1] [2] [3] を基礎としている。マックは、施設
である。アルコール・薬物などが自分の人生にとってどのよ
うなものであったかを見つめ、そこから回復していくための
基礎を提供することがマックの使命である。

司会者はマックのカウンセラー（アルコールなどの依存
症者本人）であり、自分の回復のプロセスと多くの経験を取
り入れて提案する。このマックの提案に従った人たちはど
んなにひどい依存症者でも回復できることをマックから
築立った依存症者が証明している。

お問い合わせ

9:00 ～ 17:30 年中無休

みのわマックス(J-MAC)

〒 114-0023 東京都北区滝野川 7-35-2

☎ 03-5974-5091

Fax. 03-5974-5093

E-mail minowamac@japanmac.or.jp

ロイス



Q 家族と一時的に
離れて回復を軌道
に乗せたい。

Q 戻る場所
がない。

Q 病院を退院でき
るまで回復した
が、一人暮らしで
はアディクション
をやめ続けること
が難しい。

A 依存症は「やめ続ける」ことがたい
せつです。ロイスでは、やめたいと
願う仲間との共同生活の中で、ア
ディクションを使わない生活を送る
ための基礎作りをします。

オハナ
スタッフ

※利用者の方々の安全を守るため、住所は公開していません。



定員：10名
入寮期間：1～2年
家賃：東京都の補助
により無料
利用料：10,000円
(水道・光熱費など)
※変更になることが
あります。

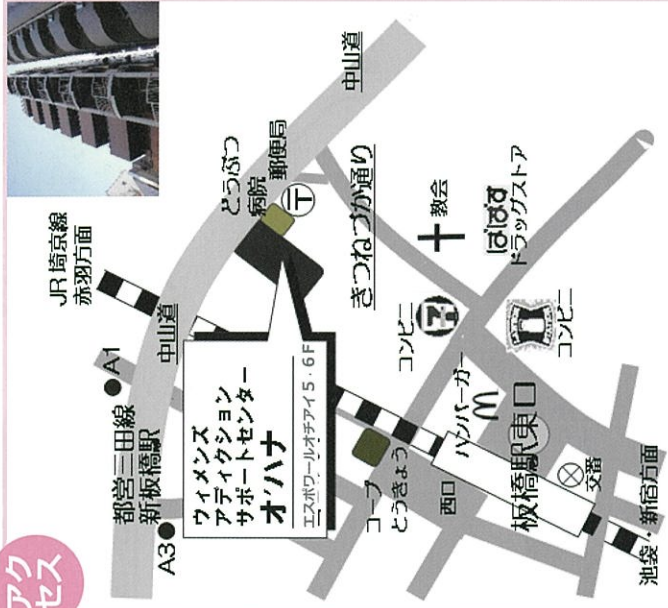
1日のプログラム

午前		午後	
7:00～	起床	1:30～	ミーティング
7:30～	朝食	3:00～	掃除後、面談、自由
8:45～	オハナへ	7:00～	相互援助グループ参加
10:00～	ミーティング	9:30～	帰宅
11:30～	昼食	11:30～	就寝

「オハナ」

ハワイ語で「家族」の意味。
家族を失ってしまった方も、
そうでない方も、
ここでの出会いを通して、
新しい家族をつくるきっかけを
みつけてもらいたい…
そんな「思い」がこもっています。

アクセ
ス



- JR埼京線「板橋駅」から徒歩 5 分
- 都営地下鉄三田線「新板橋駅」から徒歩4分

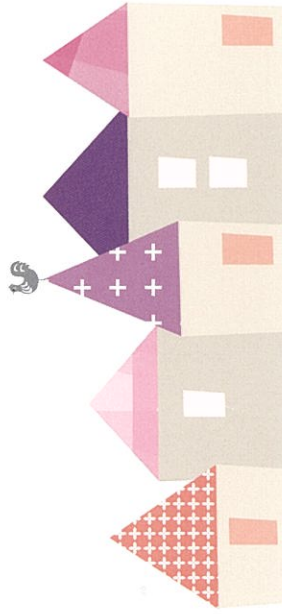
女性依存症者の回復をお手伝いしています。

☎ 03-3916-0851

障害福祉サービス自立訓練(生活訓練)事業所
事業所番号1311701088

女性の依存症者のための
回復支援施設です。

アルコール・薬物・ギャンブル
など、さまざまな依存症からの
回復と成長を目指す女性を
サポートしています。



開 所 日	原則として毎日開いています。
開 所 時 間	午前9時～午後5時30分
利 用 対 象 者	依存症からの回復に意欲のある女性
プ ロ グ ラ ム	ミーティング、スポーツ、手芸など
定 員	20名
利 用 期 間	1～2年
利 用 料	無料（別途、食費や交通費がかかります）

※強制ではありませんが、可能な方には区市町村の窓口で障害者総合支援法の『障害福祉サービス（訓練等給付）』の申請をお願いしています。
※障害者総合支援法による1割負担をしていただく場合があります。

- 1 電話にてお問い合わせ
☎03-3916-0851
- 2 初回面接
- 3 体験利用（1週間程度）
- 4 利用開始

時間	10:00～	ミーティング
昼間	13:30～	ミーティング ヨガ、バトミントン 卓球、パッチワークなど
夜	15:00～	おそうじ後、面談、自由時間
	19:00～	相互援助グループ参加



季節毎のイベント	春	夏	秋	冬
	お花見	宿泊研修	各種スポーツ大会	クリスマス会 など

- 5 終了（フォローアップ）
- 就労・生活面の支援を、他機関とも連携しながら継続的に行います。

- 1 12ステッププログラム
AAの12ステップを基本に「アディクションを使わない生き方」を学び、実践していきます。
- 2 依存症の当事者スタッフと専門家による個別支援
スタッフは依存症からの回復者とPSWなどの専門家です。必要に応じて随時面談を行っています。
- 3 依存を使わない生き方をめざす仲間意識
アディクションからの回復には、相互援助グループ（AA、NA、GA、など）への定期的な参加がたいせつです。オ'ハナの仲間とともに通うことで、つながりを作っていくことができます。

オ'ハナでアディクションを使わない生活の基礎作りをして、地域社会に戻ります。

- ◆ ジャパンマックでは、依存症者のご家族のためのプログラムも用意しています。依存症からの回復には、ご家族の協力がたいせつです。お気軽にご相談ください。

マック・ファミリーエイド ☎ 03-5972-4771