



信楽陶芸村を訪ねて

断酒

みどりの友

発行所 呉みどり断酒会
事務局
呉市押込 5-12-25
渡部 憲方
郵便番号 737-0915
電話 33-5571
発行人 渡部 憲
(編集代表)
印刷 松広印刷機

迎春 本年もよろしく
お願い申し上げます



忘れられない元旦の朝…

会長 渡部 憲

新年明けましておめでとうございます。
百人以上ではあるけれど、今年こそ酒を止めたい、止め続けたいという共通の思いで二〇〇四年を迎えました。特に今春には、当会にとっては久々の大イベント「第39回中国断酒ブロック(呉)大会」も控えており、会員家族が一丸となって成功させたいと願っております。

酒(特に迎え酒)が止められなくなった頃の元旦の朝。さすがに団地の路地にはいつもの人影もなく、どの家からも楽しそうな笑い声やテレビの正月番組の音が聞こえてくる。犬を連れて、落ち込みうるんだ目をして自販機の缶ビールを震える手で飲みながらフラフラ歩いている私があった。その迎え酒すら受け付けなくなっていた。道端の草群に、たった今喉を通ったばかりの冷たいビールを一気に

吐いた。袖でハナと涙をぬぐいながら、(なんでじぶんだけが、この朝の酒を止められないのか…)と、飲み残しの缶を、よその家のブロック塀の上に、音がしないようにそっと置いて立ち去る。

(よおし!!今年こそ朝の酒は止めよう!!さっきので最後にしよう)しかし、結局その年も、三六五日同じことの繰り返しであった。男として、父親として一番充実

してなければならぬ36才の私だった。そんな私を奇跡的にも救ってくれたのが断酒会であった。職場でも、地域でも家庭でも孤立していった私を、断酒会の先輩・仲間が温かく迎えてくれた。

あの日の朝、情ない複雑な思いで聞いた団地の家々の幸せそうな笑い声。今年是我が家からも、孫達との賑やかな声が響いているはず。断酒会の中で、仲間と共に今年も頑張ってます。

断酒会の中で、仲間と共に今年も頑張ってます。

呉みどりヶ丘病院 創立33周年記念特別例会
体 験 発 表



石橋 剛

呉みどりヶ丘病院創立33周年記念特別例会、お目出とうございます。心よりお喜び申し上げます。

私は呉みどり断酒会の石橋剛と申します。私は昭和25年10月に海岸3丁目にて二男二女の長男として生まれました。

私の父親と祖父は一切飲酒致しませんでした。下戸で厳格な父でしたから、私や私の兄弟は社会に出る迄は酒とは無縁で育ちました。私が最初に酒を口にしたのは19才の時の所属クラブの卒業生追出しコンパの席でした。その時は先輩達に勧められるままに酒を二升程度飲まされて前後不覚に陥ってしまい気がつけば先輩の下宿でした。私の初めての飲酒は爛酒の鼻をつく臭いと甘い味、そして、二日酔の辛い思い出しかありません。

ん。

それからの飲酒は月に一〜二度の同じクラブの集う交流会でのお酒でした。それは、集う人達をなごませ、話題を盛り上げる潤滑油として嗜む程度でした。学生時代の四年間は年に数回の羽目を外したバカ騒ぎはしましたが、これも学生特権だったと、今は遠い昔の楽しい思い出になっています。

そして、卒業と就職。地元の建設会社に就職し、ここでの6年間はこの後の仕事と酒の嗜み方の基礎を覚ええました。建設現場の施工管理と云う仕事、酒とは縁の深い特殊な職場環境の中で酒呑みの哲学と言われるものを教えられました。「飲酒時には酒以外はほとんど口にする事なく、飲酒後には軽く食事する」と言うエセ通に。飲酒は月に二〜三度、職場の先輩や同僚、友人と交流するものでした。晩酌などはして居ませんでした。

た。

そして、「いつ頃から異常飲酒になってしまったのか?」と、これ迄を振り返って見ますと、28才の時家庭の事情から勤めて居た会社を辞めて一年間家業を手伝った後に、転職した頃からだったと思います。その時は辞めたくない職場を辞めざるを得ない不満、そして新しい職場への不安と同僚に負けたくないという、私の意地と性格が増長して異常飲酒の遠因になってたと今になって分かりました。丁度、この頃から晩酌を始めました。量は水割1〜2杯程でし

た。転職先の土木建設コンサルタント会社では37才の秋に交通事故を起こして辞職しました。長期入院療養後は京都の建設会社に再就職。そこでは建築の積算及び購買部門の仕事をしていました。

私の仕事は一つでも多くの仕事を経験し、それを積み重ねて行く事が基礎となります。飲酒傾向が変り始めた35才頃以前の12〜13年間は仕事を覚える事で精一杯でした。



経験を重ねる度に酒量は増えましたが、その頃は若さも手伝ってか、酒に呑まれる事はありませんでした。しかし35才を境に仕事が必要なようになり、職責を持つようになってからは職業柄、昼間は仕事関係の応対、打合せで時間が潰れ、私の本来の仕事は誰もいなくなつた午後から深夜、早朝の時間帯です。35才頃から私の勤務時間はフレックスタイムが認められ、私の組んだ日程に沿って仕事は進められましたから、仕事の結果に「一喜一憂」し、やり甲斐のある充実した生活だと錯覚してい

ました。時間に追われ、乱れた生活をしていくうちに、午後5時以降の私の机には酒の器が置かれるようになっていました。量は少ないのですが、いつしか体内からアルコールが切れることのない身体になっていました。

その頃の私は「アル中」という言葉は知っていても症状は知らずに「沈黙のアル中街道」の真っ只中に居るとは夢にも思っていました。

しかし、乱れた生活を8年近く続けた42才の年に体調を崩してしまい帰郷しました。アルコール依存症になって居る事も知らずに、最悪の状態での帰郷でしたが、その時は20年間の経験があれば、身体さえ治せば何とかなると自負心だけは持っていました。そこでキッパリとアルコールを絶った生活を始めたのですが一週間目位から禁断症状が出て、平成4年4月に最初のみどりヶ丘病院の入院となりました。

入院生活で受けた衝撃は大変なものでしたが私の無知も手伝って一過性のものでした。しかし、退

院後の生活の中で受けた衝撃は一層大きく、私の自負心は木端微塵に打ち砕かれてしまいました。恥かしい話ですが、それからの足掛け10年、私の記憶では5回の入院をしています。私の今日迄の葛藤と心境の変化の過程を少し述べます。



福山一泊研修会、近藤看護主任さんと

それは私が「アルコール依存症」と診断されても、「自分は違う、一ヶ月前迄、人一倍仕事をしてたのだから!!」と理解する事はせず否定材料を探すことばかり考えてきました。そして、入退院を重

ねて行く中で、「否定すること」から「酒を断って立派に社会生活をされている人が居るのに何故、私は出来ないのだろうか?」と云う自問自答になり、前回の入院からは「私の8年の葛藤は一体何だったんだろうか? 自分は何をしたかったんだろうか?」と疑問は変って居ました。

私は20年間仕事をしてきた中で、「納得しない限り妥協の出来ない一概さ」を持った男に育ってました。

しかし、前途の疑問を持つと同時に「私は自分を守り立てて下さった人達の忠告や助言に聞く耳を持つてたのだろうか?」と疑問と反省を繰り返えし、そして「相手を理解できなければ、自分も理解や協力をされる事はない」と云う言葉を思い出して居ました。

葛藤を振り返ってみると虚しさだけが残り、仕事でも何でも一端歯車が狂い始めると采く喰い違い始めてしまつて居た。そうなつた以上は初心に!! 異常飲酒が始まる前に一から出直すしかないのではないかと思ひ、亦、行動を起こ

すことにしました。

院長先生がことある毎に助言して下さつた「素直な気持になれや!!」との言葉。また、断酒会の諸先輩から言われて居た「騙されたと思つて一年間、例会に出席してみて下さい」との言葉を思い出して、とにかく一年間は例会出席をするという目標を立てて今日に至っています。

そして、分つた事は、一人では断酒は出来ない事。それにはアンカー的人物の協力が必要な事。独り身の私にはそれは断酒会の諸先輩であり、例会出席である事。私も後一ヶ月余りで断酒継続一年になります。これは呉みどり断酒会の諸先輩の励ましや御助言の賜物と深く感謝して居ります。

今回、私と同時期に当院を退院し各地域断酒会で活動されている方々に感謝し、良き仲間として末永くお付合ひしたいと思ひます。これからも一日でも長く例会出席し、断酒会の先輩達の後をついて参りますのでご指導の程、宜しくお願い致します。本日は有難うございました。



「今日は後片付けもしなくていいし…」長良川温泉の宿

第40回全国(愛知)大会が10月19日(旧名古屋総合体育館にて開催された。

当会は、今回も前日の観光旅行を兼ねて24名が参加した。

大型観光バスに20名という「大名旅行?」であったが、ほとんどの者が初めてという石山寺、信楽陶芸村を経て、長良川温泉に宿泊

という観光コース。

晩秋の石山寺のモミジは紅葉が始まり、「見て見て!!このモミジ葉っぱがちっちゃいよ。きれいだねえ」などと奥様方の感嘆の声。

ベテラン(失礼かな?)のバスガイドさんの感心する程詳しい説明に、まるで社会、歴史の授業を受けているような旅でもあった。

信楽焼といえば「タヌキ」を思い出す。陶芸村にバスが入ると、居るわ居るわ大小の狸の焼物。

第40回全国(愛知)大会

記念写真を撮ったり、土産物を求めたりし、長良川沿いの温泉宿に。川のせゝらぎを聞きながら、ゆったりと湯につかる。(あゝ、来てよかったなあ……)と、しみじみ感じた。

「お酒を飲まないお客様は忙しいです」と、夕食の配膳係のおばさんも少々悲鳴気味?の宴。久々に「カラオケ」も始まり、湯上がりの紅潮した顔に笑みがこぼれ放しの楽しいひと時であった。

翌19日、いよいよ大会々々場へ。

別行動だった4名とも合流し、大型スクリーンを設置した立派な会場で大会の幕は開いた。

トップで体験発表(家族)の、女性酒害者を母にもつ娘さん。

「追伸 ここ二一年の間に、お母ちゃんはめっきり若返ったよね。」

いつまでも、笑顔の素敵なお母ちゃんのままいてください。

いきなり目頭が熱くなる、感動の体験発表ではじまった。

飲酒運転の大型トラックに、二人の愛娘の命を奪われた井上保孝、郁美夫妻の記念講演。

かつて飲酒時代の私達も、まかり間違えばこのような事故も……と鳥肌の立つような思いで聞かせていただいた。

「パパ、ママがんばったじゃん」「パパ、ママありがとうさんだったね」の文字が、大会を終えた今も焼きついて離れない。

戦国時代の三英傑、織田信長、

豊臣秀吉、徳川家康を生み出した愛知ともお別れし、帰路についた。

「断酒幸福」を存分に味わうことのできた今回の旅、大会であった。

「来年は京都だから、是非また一緒に行きましようや」「生きてさえおりゃあ、必ずず連れて行って下さいね」などと、早くも来年の全国(京都)大会に夢をふくらませ、旅の終わりを惜しみながら第40回全国(愛知)大会は終了した。感動の体験発表、記念講演をありがとうございました。

愛知県連の皆様、ありがとうございました。



会場前にて

田中正直氏 晴れの受賞

社日本精神保健
福祉連盟会長表彰



第51回精神保健
福祉全国大会（10
月31日神戸ポート
ピアホール）に於

て、当会相談役の田中正直氏が、
連盟会長表彰を受賞された。

医療関係の受賞者が多い中で、
断酒会からの氏の受賞は、本人は
もとより我々にとっても嬉しく誇
り高いものである。

永年に亘る地域における酒害啓
発運動に労苦を惜しまず奔走され
た氏の功績が認められたものであ
る。

「田中相談役に家まで来て頂い
て……」と、例会の体験談の中
でも語る会員は多い。

優しさ、厳しさをおり混ぜなが
らの「田中節」は、69才の今も健
在である。更なる御活躍を期待し
たい。

おめでとうございます。

呉みどりヶ丘病院創立33周年

我が国で初めての民間アルコール
専門病院として、昭和45年に開業
された、呉みどりヶ丘病院（病院
長長尾澄雄先生）が、創立33周年
を迎え、10月12日（日）、療養生と、
さながら同窓会を思わせる大勢の
会員家族の参加者で記念会が催さ
れた。

療養生代表、会員（当会からは
石橋剛さん）の体験発表が行われ、
院長先生の御所感をいただき、当
院の益々の発展を祈念して終了し
た。



呉みどりヶ丘病院全景

第37回酒なし忘年感謝会

恒例の第37回酒なし忘年感謝会
が、シテイプラザ・カンコーに於
て12月10日（水）開催された。

呉みどりヶ丘病院院長をはじめ、
来賓・朋友の臨席を得て、演芸・
カラオケに興じながら今年一年の



大トリは家族の皆さんで

断酒に感謝と喜びを味わうことが
できた。

来春には、中国ブロック（呉）
大会という大行事も迫っており、
この日のみんなの「笑顔」と「和」
を大切にして、何としても成功さ
せようとあらためて誓った。

お待ちしております

（社）全日本断酒連盟

第39回

中国断酒ブロック（呉）大会

日時・平成16年4月4日十時～十五時半
場所・呉市文化ホール

寄付者御芳名

新入会員紹介

(八月度)

呉 久保数弥様 一〇、〇〇〇円
 〃 匿名様 一二、三四一円
 感謝箱 三、七九三元

(九月度)

呉 大下忠志様 一〇、〇〇〇円
 〃 清明園様 五、〇〇〇円
 感謝箱 四、二一七円

(十月度)

呉 石田眞一様 一〇、〇〇〇円
 感謝箱 五、二六円

(十一月度)

呉 渡部 憲様 二〇、〇〇〇円
 〃 藤川芳文様 五、〇〇〇円
 感謝箱 四、一八三元

断酒継続おめでとう

☆一年 石橋 剛 11月27日
 ☆二年 吉尾弘実 9月12日
 ☆二年 藤川芳文 11月14日
 ☆三年 松田英二 11月29日



安芸郡坂町北新地二一三一〇

ケアハウス四〇一号 岡西 保
 〃 呉市焼山此原一三二二一
 四〇二号 小西浩和

〃 呉市阿賀北一七一五

大谷荘 松原宏治
 〃 呉市阿賀北一七一五
 大谷荘 西本弘志

〃 呉市阿賀北一七一三

第三大谷荘 小松 貢

行事予定

● 1月17日(土) 18日

第27回東予ワンナイトセミナー (香園寺)

● 2月7日

呉みどり断酒会創立37周年 記念例会 (呉みどりヶ丘病院)

● 3月28日

第39回四国断酒ブロック(香川) 大会 (高松市民会館)

● 4月4日

第39回中国断酒ブロック (呉)大会 (呉市文化ホール)

9 月 例 会 動 員 数

行 事 名	回	正会員	家族会員	賛助会員	他会員	院内会員	ケアセンター	合 計
土 曜 例 会	4	128	56	14	60	290	239	787
水 曜 例 会	4	119	47	3	5			174
新会員の集い	1	10	6					16
ブロック例会	1	22	15					37
家族の集い	2		29					29
懇 談 会	1	6						6
特別院内例会	1	14	7					21
第33回県連研修会	1	19	6					25
役 員 会	1	6						6
合 計	16	324	166	17	65	290	239	1,101

8 月 例 会 動 員 数

行 事 名	回	正会員	家族会員	賛助会員	他会員	院内会員	ケアセンター	合 計
土 曜 例 会	5	158	66	15	73	322	408	1,042
水 曜 例 会	4	128	50	5	3			186
新会員の集い	1	12	5					17
ブロック例会	1	24	15					39
家族の集い	2		31					31
懇 談 会	1	6						6
特別院内例会	1	16	8					24
第33回山陰断酒学校	1	14	2					16
県連理事研修	1	3						3
役 員 会	1	7						7
合 計	18	368	177	20	76	322	408	1,371

11 月 例 会 動 員 数

行 事 名	回	正会員	家族会員	賛助会員	他会員	院内会員	ケアセンター	合 計
土 曜 例 会	5	153	58	21	90	308	275	905
水 曜 例 会	4	122	48	2				172
新会員の集い	1	11	5					16
ブロック例会	1	25	12					37
家族の集い	2		24					24
懇 談 会	1	5						5
特別院内例会	1	13	9					22
第13回中国断酒ブロックセミナー	1	4	1					5
第8回福山一泊研修会	1	7	2					9
県連理事研修会	1	3						3
役 員 会	1	7						7
合 計	19	350	159	23	90	308	275	1,205

10 月 例 会 動 員 数

行 事 名	回	正会員	家族会員	賛助会員	他会員	院内会員	ケアセンター	合 計
土 曜 例 会	4	142	56	16	49	263	335	861
水 曜 例 会	5	163	57	8	2			230
新会員の集い	1	11	6					17
ブロック例会	1	22	12					34
家族の集い	2		27					27
懇 談 会	1	6						6
特別院内例会	1	27	9					36
第40回全国(愛知)大会	1	15	9					24
県連理事研修	1	6						6
役 員 会	1	7						7
合 計	18	399	176	24	51	263	335	1,248