



てつのくじら館(呉市) 巨大潜水艦を陸上展示

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 西村 好登

印刷 松広印刷㈱



蹟つます

き

副会長 久保 数 弥

父が亡くなったかのように、私は本格的に酒に狂い始めた。それまでも酒での失敗は、色々と有ったが、許してもらえない範囲の失敗だった。自分が父の亡くなった年齢に近くなつたせいも有つて、最近、あの狂い始めの頃の事が思い出される。父は船員で、毎日一緒に生活はしなかったが、優しい、強い人であった。怒られた記憶は余り無いが、私にとっては、恐い存在だった。その父が亡くなると、私にとつての恐い存在が居なくなつて、タガが緩むように私の心の中がバラバラに崩れ、酒に溺れる日々となつた。女房の酒を制止する声も、また、夫婦喧嘩の度に、部屋の隅で泣いていた当時3才の娘の泣き声も、そして、実家に帰った女房と娘を連れ戻しに広島から出て来た母の声も、当時の私は聞く耳も持たず、増々、酒に溺れて行つた。目が覚めれば、ブランクアウトで全く記憶が無く、その恐怖から逃れる為に、酒を手

にする。とうとう、愛想をつかされて、大切な家族を失つてしまつた。それからでも、酒を止める事は出来ず、母や妹に、心配、迷惑をかけて来た。断酒会に繋がる事が出来た時、正直ホツとした。これで自分も酒を断てる。そう信じて今日までやって来た。あの父の亡くなった当時、自分が蹟いた原因を、甘えだと痛感する。そして忘れていた事が例会で皆さんのお話の中から色々と思ひ出させ頂く度に、反省するばかりである。例会の場をお借りして、あのどうする事も出来なかつた飲酒時を、自分自身に言い聞かせ続け、私の酒害と向き合う事の大切さを、痛感する最近である。ご先輩、仲間の支えのおかげで生かされている事に感謝しながら、断酒会を大切に、断酒会での和を大切に、会の中で生き抜くしか私に残された道は無い。自分の酒害と正面から向き合つて、例会の中で、私自身に言い聞かせ続けて頑張つて参ります。

第37回広島県断酒大会 併・備後断酒友の会創立40周年記念大会

体 験 発 表



井藤 宏道

皆さん、こんにちは、御世話になります。呉みどり断酒会の井藤宏道です。どうぞよろしく御願い致します。本日は、第37回広島県断酒大会、併せ備後断酒友の会創立40周年記念大会に、体験発表の機会を与えていただきありがとうございます。ございます。

私は昭和21年生まれで今年で61才になります。父親は小さな印刷屋をして居りまして、全く酒を飲まない人でした。ですから子供の頃から父親が晩酌をしている姿や酒に酔って帰ってくる姿を、全く見たことがありませんでした。酒にほとんど縁の無い環境で育ったもので、私は20才を過ぎても酒を口にすることはありませんでした。

酒を飲み始めたのは25才位からで当時、私は食品メーカーに勤めておりました。その頃、会社や上司から今から接待やら他にいろいろあるので少しは飲める様にならんといふかと云われて、飲める様になる為に酒を飲み始めました。その結果、半単位して結構飲める様になり、それが嬉しくてそれ迄は、誘われてしか行かなかつた飲み会にも今度は自分から誘って飲みに行く様になりました。

そして、29才の時、人に使われるのが嫌で、又、自分の実力を試したくて独立しました。最初の内は一生涯懸命働いて順調にいったいしましたが、自己管理ができずその上世間を甘く見ていたせいもあって段々とおかしくなっていきました。何とか立て直そうと思ひ頑張ったのですが、どうにもなりませんでした。落ち込んでしまひ、

酒に逃げる様な飲み方になってしまいました。

その内、浴びる程酒を飲んで体調を崩し、40才でアルコール依存症と診断されましたが、私自身その意識は全くなくて飲み続けておりました。そんな状態ですので仕事も余りできず家庭内がうまくいく筈もなく、夫婦喧嘩は日常茶飯事でした。ある日、いつもの様に外で飲んで家に帰り、又、家でも飲んでいた処、いつもの様に女房と小競り合いをしました。そして、それが一段落した後、女房が風呂に入ったので居間で飲んでいました。その時、目の前の机の上に新



聞が置いてあり何を思ったのか、それに火を付けてしまいました。

それから先は余り憶えていないのですが、机が籐の机でしたので結構よく燃えたみたいで……女房が気付いて消し止めたらしいのですが、私は、少しヤケドをしました。その後、救急車を呼ばれました。その後、救急車を呼ばれまして女房が救急隊員に「この人をどこでもいいから連れて行って下さい。」と云っている悲鳴にも似た声が聞こえました。

そんな事があってどうにもならん状態になって呉みどりヶ丘病院に初めて入院しました。そして、酒が切れて体も直していただいてこれから再出発しようとして退院したのですが、長くは続かず再び酒を飲み続ける毎日が続き、ついに借金の為に住んでいたマンションを、手放す様になってしまいました。そして引越をする前に(その時は既に別居をしていました)最後に話をしたいと女房から連絡がありました。そして会う時の条件として、頼むから素面できてほしい、ということでした。しかし私は、その言葉も眼中になく飲んでいって、会って話をしてい

間も酒を飲んで居りました。そんな風ですから女房は余り多くを語らず、帰ってしまいました。

それから、二週間位して離婚届が送ってきました。『じまった』と思いました。何もかも手遅れでどうする事もできませんでした。ついに周りから愛想をつかされて、何もかも失って実家のある呉市に帰ってきました。その時自分の人生をほとんど投げてしまいましたが、借金もありましたし、第一、食べていかなければいけませんので今の会社に就職をしました。しかし、それ迄の事をひきずっていて相変わらず酒を飲み続け、平成4年に呉みどりヶ丘病院に2度目の入院をしました。その時、体も直していただき退院と同時に、呉みどり断酒会に入会しました。しかし、先輩方いろいろな御世話になったにも拘らず、どうしても自分がアルコール依存症だという事を認めたくなくて、又、酒に未練があつて一年弱で断酒会を離れてしまいました。当然のことながら、一昨年春に入院する迄、7回呉みどりヶ丘病院に入院を繰り返しました。その間、おかしくなつてゆくパターンは大体決つて



まして、退院したら3ヶ月、6ヶ月位は酒を止めて居ります。その内今度こそ酒と上手に付き合おうと思つて飲み始める訳なんです。そして、6ヶ月、1年位は何とかなります。しかし、その内深酒をして二日酔いの状態になり、迎え酒と称して朝酒をする様になり、そうすると、3時間飲んでは3時間寝てという繰り返になり、その間、塩を時々なめるだけで何も食べませんし風呂にも入りませんし、表現できない程、ものすごい状態になってしまいました。そして又、入院ということと同じことを何回も何回も繰り返して

てきました。今迄、私に係つてきた人の人生を変え、迷惑をかけてきたにも拘らず本当に酒に対して諦めの、悪い人間だつたと思いません。

一昨年、春に入院した際、このまま同じ事を繰り返していたら、周りにも迷惑をかけたばなしだし早死にするだろうな……このまま人生終つたら寂しいな……と思つて何とか断酒したいと考えていました。そんな折、院長先生に断酒会に繋がる様に声を掛けていただいたのですが、失敗したらどうしようとか、本当に出来るんだらうかという気持ちが先に立ち、全然自信がなくて迷つて居りました。そして、退院当日に断酒会の先輩に、とにかく毎週の土曜例会に出て院長先生に酒を飲んでない顔を見せてもらいに来たらどうだ」と声をかけてもらいました。その言葉を聞いて今迄何回も助けていただき御世話になつた院長先生に、毎週土曜日酒を飲んでない顔を見てもらおう、そういう思いでなら何とか出来る様な気がして、失敗する前から失敗した時の事を考えても仕方ないんで、14年振りに断酒会に入会しました。最初は再入会

ですし敷居が高かつたのですが、そう思つていたのは自分だけで、先輩方に声を掛けていただいて引っぱつていただいで例会通いを続ける内に、何とか断酒できるのではなかるうかと云う気持ちになつてきました。

現在、断酒して2年一寸になります。あれだけ止められなかつた酒が止め続ける事ができております。自分でも信じられない部分もあるのですが……ここ迄来るのに私の場合、随分と長い間かかりました。

私は団塊の世代のハシリなんです、人生まだまだこれから、と思える様になりました。今からの人生を考える時、酒を止め続けるということでないとも話しが始まりませんので、今後自分が酒害者であることを忘れずに、一杯飲んだらどうなるかという事を忘れずに、繰り返し繰り返し自分に云い聞かせ、断酒会を自分の居場所と決めて例会出席で頑張つていきたいと思ひます。どうぞ、よろしく御願ひします。これで私の体験発表を終らせていただきたいと思ひます。本日は本当にありがとうございました。

「こんにちは！」



理事 曾根 敏浩 (47才)
(断酒 3年6ヶ月)
本人 マツダ勤務
妻 真由美 医療事務講師

真夏の太陽が照りつける、7月某日、今回は呉市阿賀中央の閑静な住宅街にある曾根敏浩・真由美御夫妻宅にお邪魔しました。駐車場にはマツダの名車、黄色のアテンザが・・・休日ゆっくりされているところを、いろいろお話しをうかがった。
「ひどく顔が黒いけど、まさか肝硬変じゃあ?」(笑)「
主人 今日さつきまでサッカーをやっていますね。シニアの呉チームに入って結構楽しんでい

んですよ。

「マツダの技術関係だったと思うけど、仕事は忙しそうですね」

主人 あさってからコロンビアへ出張なんです。行きたい出張と行きたくない出張があるので、今回は行きたくない出張です。(笑) 仕事だから仕方ありません。曾根さんの体験談によく出る、恐怖の幻覚、幻聴はタイのバンコクに滞在の時だったですよ。平成9年3月でした。初めての体験で生涯忘れる事はできない

訪 問 記

と思います。日本に帰ってからまた出ましたけど、二度とあんな経験はしたくありません。

主人 これを機会に毎日の飲酒から山型飲酒に変わりました。3ヶ月位の割合で特に連休などがあったら必ずおかしくなっていました。妻 二度目の幻覚・幻聴が出て、平成16年に呉みどりヶ丘病院に入

院してもらい、断酒会につながるという条件で私は退院を承諾しました。その退院の日、面会室で田中相談役から電話番号を書いたメ



モを、主人がもらいました。家に帰って主人がまさか電話をかけてい

るとは・・・ホツとしました。主人 せめて電話だけでもという気持ちで連絡をしたんですが、それが断酒会入会の始まりでした。主人 山口の宇部高専を卒業して今の仕事についても28年です。たしかに両立は厳しいけど私は、

生意気なようだけど自分なりの、断酒を真こうと心に決めているんです。だから水曜例会はよく遅刻しますけど「遅くなつてすみません」とは一言もいったことがあり

ません。自分なりに精一杯やっていますつもりだからです。これからこの考えは変わらないと思いま

す。妻 海外出張が多いのですが自分から酒を飲むとは思わないけど、慣れない食事でアルコール類を、ついうっかり・・・なんてことが

なければいいかと、少しは心配です。ね。

主人 海外での飲食接待は会社から禁止されているし、最近のサラリーマンの飲酒形態が変ってきてます。昔のように3〜4人が、肩を組んで道いっばいになって、大声で歌って歩いたりなんて光景はほとんど見ないですね。私も、



数人で出張しても年輩の部類に入るし酒の誘惑はほとんどありません。もし酒を断つたことが原因で何かを言われたとしたら自分の断酒姿勢をちゃんと話します。

「奥さんは医療関係のお仕事?」
妻 医療事務の非常勤講師として大学とか専門学校などに行つてお



ります。父は数年前に亡くなったのですが隣りに母がいますので何かと心強いです。

「まあ、こんなことは無いと思うけど、もしご主人が飲酒したらー妻（間髪を入れず）勿論、バイバイですよ。飲まなくても断酒会を離れたら私は別れます（キツパリ）。だってまた、以前のように幻覚に怯えて酒にふり回されるのは絶対に嫌ですから・・・。」

主人 さつきも言ったようにマイペースの断酒会を実践していくことには変わりはないけど、それ故にもし例会から遠ざかったり、また酒に走るようなことがあれば「それみやや！そんな甘っちょろいもんじゃないわいや」と、大先輩達から言われるのは明らかですよ。ね。断酒会から離れることだけではできません。何年も酒を止めていらつしやる先輩方の姿は止め続けることが可能だと希望がもてますし、差し伸べてもらった手を決して離さないようにしたいんです。妻 今からも人として責任をもつて仕事をしてほしいですし、それ

を支えてくれる断酒会を大切に、してほしいと思っています。その中で楽しいと思えることが、いっぱいあったらいいと願っています。

「あさってからはコロンビアですか。いいなア……うらやましいー！主人 良い事はないですよ。行きたくないですよ。出発の前日に大怪我でもしないかなあ……。」

日頃、口数の少ない曾根さんですが、今後の断酒の話になると、目が鋭く輝いて見えました。夫婦そろって玄関まで見送って頂き、今回の訪問を終えました。



第37回広島県断酒大会開催

第37回広島県断酒大会が去る六月十日（日）、福山市北部市民センターにて、備後断酒友の会四十年と併せて開催された。

当会は、大型バスにて四十九名が参加した。前記の井藤宏道氏が



第 37 回広島県断酒大会

当会を代表して体験発表。

記念講演は、光の丘病院院長の馬屋原健先生が『今見つめ直す、断酒会の現在の意味』と題してお話し頂いた。

天候にも恵まれ、満員のバスの中では、普段の例会では見られない、なごやかなムードの談笑で終始にぎやかであった。

寄付者御芳名

- (三月度) 呉市 匿名様 八、四一九円
- 感謝箱 三、三八六円
- (四月度) 三原断酒友の会様 一〇、〇〇〇円
- 呉市 山本一義様 一〇、〇〇〇円
- // 匿名様 四、〇〇〇円
- // 匿名様 四、〇〇〇円
- 感謝箱 三、五一円
- (五月度) 呉市 小池保男様 一〇、〇〇〇円
- 感謝箱 三、三七〇円
- (六月度) 呉市 藤川芳文様 五、〇〇〇円
- 感謝箱 二、三九三元
- (七月度) 呉みどりヶ丘病院院長
- 長尾澄雄様 六〇、〇〇〇円
- 呉市 松戸 栄様 二〇、〇〇〇円
- 呉市 西村好登様 五、〇〇〇円
- 感謝箱 二、九〇九円

新入会員紹介

●呉市阿賀北一―一七―一五
第一大谷荘 中島 清治

●江田島市江田島町中央

二―一六―一―一 大段 茂紀

●呉市郷原町二五三九一―

板川 武徳

●呉市阿賀北一―一七―一五

第一大谷荘 岩西 邦夫

●呉市阿賀北一―一五―三四

第二大谷荘 新谷 美恵

●呉市小坪一―二六―二―

島本 辰馬

●呉市阿賀北一―一五―三四

第二大谷荘 澤田 英樹

断酒継続おめでとう

- ☆一年 松田 輝義 4月1日
- ☆一年 舛本 文恵 4月15日
- ☆二年 渡辺 圭次 4月6日
- ☆二年 井藤 宏道 4月9日
- ☆二年 大下 美恵 4月27日
- ☆二年 松原 宏治 7月2日
- ☆三年 升岡 和洋 4月7日
- ☆三年 笹尾 靖子 5月29日

行事予定

○9月22〜24日

第37回広島県断酒会連合会研修会(国立江田島青少年交流の家)

○10月21日

第44回全国(宮城)大会

(仙台市体育館)

○10月27〜28日

第17回中国ブロック断酒セミナー(グリーンピアせとうち)

○11月24〜25日

第12回福山一泊研修会

○12月12日

第41回酒なし忘年感謝会(シティプラザ・スギヤ)

○1月3日

平成20年新年合同初例会(呉みどりヶ丘病院)

平成20年新年合同初例会(呉みどりヶ丘病院)

3、4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	7-7セナ	合計
土曜例会	9	324	133	36	180	653	160	1,486
水曜例会	8	276	85		3			364
新会員の集い	2	21	3					24
ブロック例会	2	34	18					52
家族の集い	4		47					47
懇談会	2	4						4
特別院内断酒例会	2	34	12					46
広島断酒会発会記念大会	1	18	9					27
第42回中国断酒ブロック(山口)大会	1	28	11					39
県連理事研修	2	7						7
役員会	2	13						13
合計	35	759	318	36	183	653	160	2,109

7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	7-7セナ	合計
土曜例会	4	114	50	14	48	211	44	481
水曜例会	4	143	40					183
新会員の集い	1	13						13
ブロック例会	1	23	9					32
家族の集い	2		29					29
懇談会	1	1						1
特別院内例会	1	20	7					27
第43回中国断酒ブロック(徳島)大会	1	1	1					2
県連理事研修	1	3						3
役員会	1	3						3
合計	17	321	136	14	48	211	44	774

5、6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	7-7セナ	合計
土曜例会	9	329	140	35	123	631	144	1,402
水曜例会	9	314	125		2			441
新会員の集い	1	13	2					15
ブロック例会	2	39	20					59
家族の集い	3		37					37
懇談会	2	2						2
特別院内断酒例会	2	42	8					50
第63回松村断酒学校	1	3	1					4
第13回山口県断酒セミナー	1	4	2					6
第37回広島県断酒大会	1	31	18					49
第37回全断酒連会	1	1						1
県連理事研修	2	5						5
役員会	2	12						12
合計	36	795	353	35	125	631	144	2,083

計報
松戸善治氏(七十才)が、去る六月二十五日死去されました。ここに慎んでお知らせし、皆様と共にご冥福をお祈り致します。合掌