



版画：菅田利男(会員) 作

本年もよろしく お願い申し上げます

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 曾根 敏浩
印刷 松広印刷



泣きながらの朝酒だった

会長 渡部 憲

新年あけまして おめでとうございませう。

先輩、仲間、家族に支えられて『断酒会』の中で新年を迎えることができ、私は幸せ者です。

迎え酒、勤務中の酒、運転しながらの酒、そして借金。三十才を過ぎた頃の私は、(何とかしなくては...)。よし、明日から!! と、後悔、反省、懺悔、決意の繰り返しの日だった。勿論、大晦日から元旦にかけても例外ではなかった。(除夜の鐘が鳴ったら、心機一転、来年こそ「朝酒」は止めよう!!) ほとんど恒例行事化した大晦日の私の決心であった。

鐘が鳴り、新しい年が明けた。門松や国旗で飾られ、人影も少なくて静閑とした団地の自販機の前に二日酔いで身体をブルブル震わせ立っているのは、七、八時間前に固い決心を立てた筈の私であった。次の年の正月も、その次の年も...。まるでビデオを観るよう

なものであった。そんな私だから、断酒なんて到底無理だけど、せめて世間から許される人並みの酒飲みになりたかった。

規則違反には厳罰が当然だった海上自衛隊でも、注意、訓戒、戒告数回、減給二回、遂には停職、挙句の果て船を降ろされ、基地の門番に。首の皮一枚まで落ちぶれてしまった私や、苦しめてきた妻子を救ってくれた「神の力」が、まさしく『断酒会』であった。

昨秋、呉の駅前繁華街で「飲酒運転追放」キャンペーンをやった。そこに懐かしい「も〇た食堂」の暖簾が風に揺れていた。皮肉にもその店は、自衛隊出勤途中に飲んだ店である。ガラス越しに店の外を行き交う人々の足を見ながら、(あ、だめな男じゃなア...)と、泣きから絶対に止めるぞ!! と、泣きたい気持で飲んでいた食堂である。決して美味しい酒ではなかったのに...。断酒会ありがとう。

呉みどりヶ丘病院創立

39周年記念特別断酒例会

体験発表



加藤 勝美

(本人)

皆さんこんにちは お世話になります。呉みどり断酒会の加藤勝美です。よろしくお願ひします。

本日は、呉みどりヶ丘病院創立三十九周年記念、誠におめでとございます。心よりお祝ひ申し上げます。

この記念すべき日に、体験発表の機会を与えて頂きありがとうございます。

体験発表の依頼を会長から受けた時、正直言って不安もありましたが、ありのままの事を素直に述べたいと思ひ聞きづらい事も有ると思ひますが、最後まで聞いて頂けたら嬉しく思ひます。

私は沖繩県糸満市の漁師町で、父、「次郎」母、「智恵子」の長女として誕生しました。九月の暑さなかなだつたと思ひます。私が物

心ついた時には、生みの母は居なく新しい母が居ました。その新しい母は、四人の腹ちがいの姉妹と分けへだてなく、優しく接してくれました。しかし、育ててくれたのは、父の姉に当たる、おばです。何不自由なく育ててくれたのですが、なぜか：近くにある幸せを求めず、遠くへ遠くへと、歩いて行つたようです。

二十一才で、私は長女を出産しました。結婚に反対していた夫の父親に病院から、我が子を連れて帰られて、私は夫の実家に何度も何度も、血が出るまで鉄のドアを叩き泣き叫び「子供を返して」と、必死で訴えたのですが、返してくれぬどころか、会わせてもくれませんでした。

その姿を見かねた夫が両親に、「勝美の子だから、せめて抱かせてやってくれ」と言ってくれる言葉も終わらないうちに、寝ている我が子を、無我夢中で、抱きしめていると、姑が「抱きぐせが付く

から寝かせなさい」と、又、我が子を取り上げられました。悲しみに明けられた頃、下の子が出来て、その嬉しさと、一人目の子の不憫さを考えるとやり切れなくなり、その頃から、酒で気持ちをごまかしておりました。

しかし、その夫とは離婚する事になり、より一層、酒が増えて行き、小さい子を寝かせては飲む毎日、いくら飲んでも心が満たされる事は無く過ごして行きました。

次女の「エリカ」が小学校から帰ってくる時「この家は、いつも酒の匂いがする」と怒って、自分の部屋に上がって行きました。子供に言われたら、酔つた頭でも我に返り、その日は途中で酒を飲



体験発表中

むのを止め、「今日はもう酒飲まないから、エリカと寝る」と抱きしめると、娘は、「酒くさい、くさい」と言いながらも、ニコニコしながら甘えて来ました。だんだんと娘も、成長して行き、手が離れた頃、私は自分の我がままで、大切な娘を捨てる様な形で、気が付けば広島に来ておりました。矛盾している様ですが：

沖繩に残して来た娘を思い酒を飲む毎日、勝手な母親だと、自分をのしりました。そんな時、今の夫と出会い、二度目の結婚となりました。夫は、いつもやさしく、仕事も真面目な人でした。夫の仕事は左官業で、雨の日は休みです。二人共、酒が好きなので、決まって雨の日は、朝から飲んでいました。私は酒を飲んでも、食事を取るのですが夫は「ごはん出来たよ」と言つても、「酒が入らんようになるけん、めしいらん」と、食べてくれませんでした。

次第に、酒が切れなくなり、連続飲酒が始まり、食事を取らない夫は、足が立たなくなり、トイレにも行けず、オムツをさせ、それでも尚二人で酒を飲む毎日：

「こんな生活ばかりしていたら、いつか二人共死んでしまう」と思ひながらも、酒を止める事が出来

ませんでした。

何度か、福祉の人が、尋ねて来られたのですが、居留守を使っておりました。しかし、とうとう福祉の人に見つかり、「酒の飲めない国に連れて行きます。」と、私達夫婦を、車に乗せ、訳のわからないまま、たどり着いたのが、「呉みどりヶ丘病院」でした。

夫とは、別々の病棟になり、不安もありましたが、「命が助かった」と思い、ホッとして、入院生活が始まりました。私は日に日に、体も良くなり、退院となつて、ケアーでの生活が始まりましたが：主人は、食事が流動食の上、足も立てない為に病棟生活でした。

ケアーに来て、何年か経ったある日： ほんの軽い気持で、大谷荘の同じ部屋の人と、一杯の酒に手を付けました。

それからは、段々と前以上に、酒を求める様になり、周りの人と、目を合わす事も出来ず、酒の匂いが、バレやしないかと、ビクビクしながら、ケアー生活を送っておりました。

ケアーが、終われば、どんなに暑い日でもこの坂道を、酒を買いに行き、手に入ればどんなに重たくても、この坂を昇って帰り、息つくひまもなし飲んでいました。

もう自分の力では、酒を止める事が出来ませんでした。当々、院長先生に呼ばれ、入院：

院長先生に、「お前さんは、一人じやない事を頭に入れておけ」と言われ、「はっ」と我に帰りました。夫に申し訳ないと思いました。

その後、みどり会の友人に勧められ、みどり会に入会しました。しゃべる事が苦手な私には、少々苦ではありましたが、充実した日々を過ごすことが出来、毎日、昼夕と夫の食事の介護をさせてもらいました。

夫に「今日は例会に行つてくるね」と言うと、「気を付けて」と笑つて出してくれました。酒を飲んでいた頃に比べ、本当に幸せな毎日



良き先輩と

でした。

入会して二年八ヶ月経つたある日、いつもの様に、昼食介護に行つた時、夫は、お粥を喉につまらせ助けを求めて看護士さん達が、一生懸命、人口呼吸をして下さったのですが、二度と息を吹き返す事はありませんでした。

心の中にポツンと穴が開いた様で、何もする気も起きず、力が抜け、まっ暗闇につき落とされた様で、言葉も出ず、泣いて、泣いて、泣きつかれ、翌日は葬儀でした。

会の方にも、参列して頂き、夫を送る事が出来ました。その日は、例会が有り、その時浮かんたのが、大先輩の「親が死んでも、例会出席。」という言葉でした。

それまでは、なんで？親が死んだ時まで例会出席せんにやいけんの？”と思つたけど悲しくても例会出席しよう。私は断酒会の仲間の方に支えられて、ここまで来たんだと思ひ出席しました。

例会場に行くと、断酒会の大切さ、人の優しさ、温かさを感じ、仲間つてすごいなあーって、私は断酒会に入つていて良かったと、実感しました。もし断酒会に入っていなかったら、何かに逃げていたと思います。

気持ちの整理が付かないまま

おりましたが、八月に墓参りに行かせて頂く事が出来て大分、気持ちの整理が付き、今の現状を受けとめる事が出来る様になりました。

夫は、私の心の中に、いつまでも生き続けています。夫と行けなかつた私の故郷、沖繩で四年後に全国大会が有ります。心の中の夫と共に必ず、参加させて頂きます。

自分勝手な事ばかりして来た私ですが、断酒会の中で、先輩、仲間、家族の方々と一緒に、酒を止め続けて行きたいと思ひます。

最後に院長先生のご健康と、呉みどりヶ丘病院の益々の御発展を心より、お祈り致しまして、私の体験発表を終わらせて頂きたいと思ひます。

本日は誠にありがとうございます。



良き仲間にかこまれて

第39回 広島県断酒会連合会研修会

九月十九日～二十一日の三日間、第三十九回広島県断酒会連合会研修会が今年も国立江田島青少年交流の家で開催されました。総参加者は二百四十二名で、当会からは二十一名（正会員十四名家族会員七名）が参加しました。その内、鍋山さん、堂脇さんの二名が初参加でした。

冒頭、当会の田中正直常任相談役より研修会の沿革が述べられ今年度の研修会は始まりました。

例年になく厳しい残暑は影をひそめ、エアコンの無い研修会場でも快適に過ごす中、研修会は例年以上に、熱い体験発表を語り合う時間が過ぎていきました。三日間、共に生活、行動をする事で更なる断酒への活力を頂く事が出来、改めて研修会の大切さを感じさせられました。

今回は福井県立大学准教授 西川京子先生、呉みどりヶ丘病院院長 長尾澄雄先生、広島共立病院内科部長 西原一樹先生の三氏の講話を拝聴しました。



研 修 会 場

県連研修会に初参加して



鍋山 秀一
(本人)

九月十九日から二泊三日の日程で江田島の青少年交流の家で行なわれ、県連の断酒会研修会に初めて参加させていただきました。三日間晴天に恵まれ、有意義な時を過ごすことができました。

研修会は初日から体験発表や来賓の先生方の講演があり、今までにない大規模な例会だと思いました。中でも福井県からお越しの西川先生のお話しは、大変勉強になりました、私は自分と家族との関わりについて考え直させられました。

私は「お酒をやめているのだからいいではないか」などと少し勝手な考え方になっていましたが、大切なのは人格を形成することなのだと思えました。ごまかさないうそをつかない、人のせいになんなど、今まで私の中にあつた悪い性格を無くしていくことが大切なのだと思えました。

今回の研修会で学んだ事や多くの人との出会いを大切により一層の努力をして行きたいと思えます。

初めての研修会



堂脇 恵美子
(家族)

涼しい秋風を思わせる日でした。二泊三日の研修会に参加させて頂きました。初めての研修会なのでどんな事があるのかなにも分らないので心配でした。

ドキドキ、ワクワクしていました。朝日を浴びる中、自然の風の中、国旗掲揚の大役をさせて頂き、それはとても身も心も引き締め、いい記念になりました。私達にとつて忘れられない日でした。

先生方の講話を聞かせて頂き勉強をしなければいけない事が沢山ありました。又皆さんの素晴らしい体験を聞き涙が出ました。私と同じ母親でした。もっと頑張ろう、心をついにすれば何か大きなものを造り上げられる事を知りました。

ここに辿り着くまで本当に迷っていました。今後このような研修会や大会に参加したいと思えます。

例会出席を大切に頑張ります。ありがとうございます。

第39回山陰断酒学校

八月二十一日～二十三日、松江市玉湯公民館で第三十九回山陰断酒学校が開校された。当会からは十名が参加しました。その内、廣野さん、曾根さんの二名が初入校でした。

更なる断酒継続を目指す為に、まさに北は北海道から南は沖縄まで六百五名が入校しました。初入校の者にとっては、これが噂の座布団一枚の世界に驚きと緊張の中の開校となりましたが、多くの仲間の体験談を学ぶ事が出来た三日間でありました。



座布団の絨毯の上で

第46回全国(岡山)大会 : テーマ「和」



桃太郎アリーナに集合

第四十六回全国(岡山)大会が快晴の中、岡山市内の桃太郎アリーナで三、三三十二名が全国から集まり盛大に開催されました。当会は大規模観光バスにて三十九名が参加しました。

記念講演は、医療法人北仁会石

橋病院院長 白坂知信先生が『私たちと断酒会』と題してお話し頂いた。

天候にも恵まれ、車中では例会では見られないにこやかな笑顔での楽しい会話に盛り上がりました。来年は和歌山です。

三原断酒友の会 創立40周年記念大会

雨模様の中「三原断酒友の会創立四十周年記念大会」が三原リージョンプラザで十一月一日に開催されました。当会からは二十九名が参加しました。

呉からは車で二時間程の距離ではありませんが、それ以上に親近感を覚えるのは川重会長、甲田副会長のお人柄によるものだといつも感じており、記念大会も会員、家族の方々のアットホームな雰囲気、満ちた素晴らしい大会でした。

大会終了後にはたくさんのミカンをお土産に頂きました(三原断酒友の会の皆様、ご馳走様でした)。



祝 辞

第19回中国ブロック 断酒セミナー

呉から車で約三時間半、紅葉が美しい三瓶山の麓にある国立三瓶青少年交流の家で十一月十四、十五日の二日間、第十九回中国ブロック断酒セミナーが総勢二百名余りの会員、家族を集めて開催され、当会からは七名が参加しました。

研修テーマは会員テーマとして「医療・行政との連携」「例会のあり方」、家族テーマとして「入り易い断酒会にする為には何が必要か」に取組み、三項の行動宣言を採択しました。



三瓶山をバックに

第14回ふくやま一泊研修

福山市にある「みろくの里」で十一月二十一日～二十二日、第十四回ふくやま一泊研修が二百八人の会員、家族を集めて開催されました。当会からは十一名が参加し、鍋山夫妻が断酒祈念を、廣野幸則さんが断酒の誓いを行いました。



みろくの里（本館）入口で

飲酒運転 追放キャンペーン

十一月の秋空のもと「呉そごう前」で当会発足後、初めての「飲酒運転追放キャンペーン」のビラ配布を行いました。受け取った人から「ご苦労様」「がんばってね」の言葉に心が洗われた気持ちになりました。来年は、もっと多くの参加者を募り継続していきたいと思えます。



飲酒運転追放キャンペーン中

寄付者御芳名

- （八月度）
福山みずほ断酒会様 一〇、〇〇〇円
呉 大下忠志様 一〇、〇〇〇円
〃 藤田数夫様 一〇、〇〇〇円
感謝箱 三、八〇六円
- （九月度）
呉 大段一弘様 五、〇〇〇円
感謝箱 二、〇〇〇円
- （十月度）
感謝箱 二、七七八円

新入会員紹介

- 東広島市黒瀬切田ヶ丘三丁目十一番三三 鍋山 秀一
- 呉市中央二丁目三二番七六〇四 片山 久人
- 呉市阿賀北一丁目十五番一三四四 第二大谷 荘 諸岡 智代

8月～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	アゼト	合計
土曜例会	14	455	161	78	615	1,004	172	2,485
水曜例会	13	395	160		10			565
ブロック例会	3	42	23					65
新会員を囲んで	3	33	13					46
家族の集い	3		27					27
懇談会	3	6						6
特別院内例会	3	64	25					89
第44回断酒7ブロック大会	1	17	11					28
第39回山陰断酒学校	1	9	1					10
第38回広島断酒会連合会研修会	1	14	7					21
第44回全国（岡山）大会	1	27	12					39
県連理事会	2	11						11
呉みどり断酒会役員会	3	21						21
合計	51	1,094	440	78	625	1,004	172	3,413

断酒継続おめでとう

- ☆一年 上門 昭彦 9月6日
- ☆二年 村本 隆 8月1日
- ☆三年 加藤 勝美 10月14日
- ☆四年 佐伯 忠 8月3日
- ☆四年 藤田 数夫 8月20日

行事予定

- 1月3日 平成22年新年合同初例会（呉みどりヶ丘病院）
- 1月16～17日 第33回愛媛県断酒会（愛媛県生涯学習センター）
- 2月6日 呉みどり断酒会創立43周年記念例会（呉みどりヶ丘病院）