

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 石橋 剛
 印刷 松広印刷機



呉みどり断酒会『創立 45 周年記念大会』会場にて



人としての価値観

常任相談役 田中 正直

私達の呉みどり断酒会は、去る二月、創立四十五周年記念大会を迎えさせて頂く事が出来ました。四十五年前、長尾病院で院内断酒会として発足以来、永い歳月にわたり、私達に御指導と御支援を賜わり、今日の呉みどり断酒会があり、今の自分達が居る事には、会の生みの親、現、ほうゆう病院長尾邦雄理事長、そして育ての親、呉みどりヶ丘病院院長、長尾澄雄先生には、心より御礼と感謝申し上げます。

更に全断連、各地、断酒会の諸兄輩、その上、中田克宜氏を中心とする広島県断酒会連合会の皆様方の御陰である事も決して忘れてはならない事と、同時に各関係諸行政の御支援にも感謝致して居ります。

私事、此の断酒会に入会させて頂き、例会に出席し、何とか酒を断ち続けさせて頂いている中で、『フト』己の過去の不条理な時代を忘れ勝ちになっており、断酒意欲すら薄れ、マンネリ化した生活

状態になっている己に、創立記念大会の最中に、仲間との話合いの中で思い起こさせられた。

共に苦しみも、喜びも分かち合い、共に例会に出て互いが研鑽し、多くの仲間との連帯の輪が拡がり、支え合える事で自分自身に心強く、更に自分を常に律して歩む事が大切な事だ!!と強く思えるのです。

人として、人間らしい生き方が出来るか?。人間の価値は?。何年、何十年断酒が出来たからでもない!!。まして断酒会の中での現状の地位や役職、又持っている資産や名誉でも無い筈です。どうその人の人生、人間らしい生き方が?。そこに人間としての価値観があるか、否かであろう。

今、あらためて自分に問い掛け、自分の人生で、より大きな価値観を見出し、よりよい人生を歩みたいものである。

創立四十五周年記念大会

多くの方達に支えられ、お陰様で当会も平成二十四年二月五日(日)大きな節目としての「創立四十五周年記念大会」を開催することができた。今年は降雪が多く、大会の前々日は、広島・呉にも積雪が在り、山陰からの方達は大丈夫だ



ろうかと会員・家族が心配していたが、当日は天候も持ち直し、皆さんは、朝早くから開催準備。会場は、四十周年大会の時と同じ呉市民会館。大会は、行政・医療の来賓三十数名をはじめ、朋友断酒会、一般の八百二十名の参加

を頂き、多くの激励、祝福を受け、呉みどり断酒会の会員・家族一同感無量であった。

大会は十時から始まり、会場は満員となり大盛況だった。

体験発表は、前日の例会で一年表彰を受けられた福永里美さんと北舩武康さん。同じく三年表彰の廣野幸則さん。そして、曾根敏浩さんの奥様真由美さんの四名であった。

顔なじみばかりの体験発表であったがエプロン姿の家族の方達、百六十名余りの療養中の方達も真



剣に聞き入っていた。

亦、四十五周年記念大会に於いて当会の育ての親である呉みどりヶ丘病院院長尾澄雄院長先生。そして、長年にわたり、当会の先頭に立つて、私達会員、家族を導いて下さった、田中正直常任相談役並びに須田一郎氏に対して、会員・家族より感謝状と記念品の贈呈が行われ



た。

記念講演は、長尾澄雄先生に『断酒の道は人の道』と題して、お話を頂いた。

終始、熱気に包まれた大会も、中野山口県断酒会理事長の連鎖握手、杉原鳥取県断酒会副理事長の万歳三唱の音頭で定刻通り、盛会裏のうちに終了することができた。



四十五年という歴史の重み『呉みどり会』という伝統を背負っての今大会の開催に、正直不安もあった。後日、渡部会長から『慰労の電話を多く頂いた』と聞き、会員・家族一同ホッとしている。



創立45周年記念大会

体験発表



福永 里美
(アメシスト)

お世話になります。呉みどり断酒会アメシスト、福永里美です。

呉みどり断酒会創立四十五周年おめでとございます。このような記念すべき日に体験発表をさせて頂き、ありがとうございます。

私は、平成四年に就職しました。飲酒と言えば職場の人達や友達と飲み会が始まりました。平成十一年に結婚をし、何をしても不器用な私は、次第に舅・姑との折り合いが悪くなりました。主人に相談しても話は聞いてくれず、暴力は振いませんでしたが、目の前で物を壊したり、大きな声で怒鳴るばかりで、怖くて愚痴をいうことも出来ませんでした。

平成十二年に長男、十六年に次男が生まれました。姑は私に対して益々嫌味がひどくなり、辛く悔しい思いをして来ました。しかし、二人の子供を育てる忙しさと可愛

い姿を見ていることで、頑張る事ができていました。

長男が幼稚園に行くようになり、私にも幼稚園での友達ができ、サークルにも参加するようになりました。友達と付き合っ行って、自分は他の人と違う様に思え、羨ましく思う気持ちが強くなり、悩みと不満が募っていき、この気持ちから逃れるためにお酒に手をつけました。元々、お酒が飲めるのと、飲んだ時の何とも言えない心地良さで、始めは日本酒一口から始まり、すぐに一口二口では物足りなくなってきました。

そのうち飲むと調子が良く、何もかも上手くできるような気がしました。今思うと、これが連続飲酒、隠れ酒の始まりだったと思います。主人は私に内緒で、姑と二人で主人の実家のすぐ近所に引越しを決め、引越しました。子供の世話、家事、仕事と毎日の忙しさに

は頑張っていたのですが、姑から度々受ける嫌味からストレスが溜まり気持ちと体が思うようになら

なくなりました。この頃から日本酒から焼酎になっていきました。隠すようにして買って帰った焼酎バックをペットボトルに移し、

コーヒー牛乳で割って飲んでいました。段々と量が増え、主人が帰宅した時、寝ていることもありました。マズイと思い、夜中に起きて台所の片付けや洗濯をするのですが、やはり一口お酒を飲んでからやっていました。

早朝の五時に起きて主人の出勤の準備、長男・次男を見送り、私のパート出勤となっていました。次第に、生活のリズムが崩れていきました。私の様子が気掛かりで両親が度々来てくれましたが、両親は、その時はまだ私がアルコール依存症とは全く思っていない

かつたようです。私は、どうしようもなくなくなって主人に『私、お酒が止められなくなった。』と話しましたが、聞いてくれるどころか、その時には既に主人と舅・姑は、私を実家に帰す事を決めていたようです。その年の八月、話し合う事もないまま一人で実家に帰ることになりました。

二人の子供は、主人と主人の実家で暮らしています。子供達と連絡する事も会う事もさせてもらえません。子供達はどんな気持ちでいるだろうかと気になりました。子供達に会いたい気持ちが募るばかりでした。遣り切れなさが、またお酒を口にするようになり

ました。子供達もきつと想像以上に辛い思いをしたにちがいありません。このまま何もせずに悩んでいても仕方が無いと思い、パートに行くことにしました。我が子と同じ位の子供を見たり、周りの人から子供や孫の話などを聞くと益々遣り切れなく、寂しく、仕事からの帰宅途中にも飲むようになり

ました。母親から、玄関に入るなり『今日も飲んでるね』『又、飲んでるじゃない。飲むんなら、家で飲みんさい。』等、度々言われるようになりました。この頃から両親は、もしかしたら依存症なのでは…?と思いはじめたよう

です。私の気持ちが紛れるようにと、妹や両親が休日には方々へ連れて行ってくれました。ここでも、妹や両親の目を盗んではトイレでワソカップ焼酎を飲んでいました。足はフラつき、帰るとすぐに大の字になって寝てしまい、お酒の臭いがプンプンです。いくら『飲ん

でない!!』と言いつつも、皆が気付かない筈はありません。でも、その時は、大丈夫ごまかせる!!と思っていました。

酒は止めなければ!いつも思っていました。特に子供達の事を思う時、こんなことでは子供達を引き取る事は出来ない。止めなければ!!、止めなければ!!と思っていました。両親からも度々言われていました。そのうち、パート先でもお酒で迷惑を掛けてしまい、居辛くなり辞めざるを得なくなりました。以前から、介護の仕事をしたいと思っていたので資格を取り、仕事に就きました。資格を取る迄と、仕事に就いてからの数ヶ月間は、一生懸命だったのでお酒を飲まずに済んでいたのですが、また子供達の事に加え、職場での人間関係で悩むようになり、再飲酒となりました。念願の仕事には就けず、見つからなければ大丈夫と思っていました。出勤途中も焼酎カップを買って、飲んで行くほどひどくなっていました。仕事さえちゃんとしていれば、誰も文句を言わないと思っていました。帰宅途中も、電車の待ち時間に飲み、電車から降りると同時にベン



チでぶつ倒れて眠ったり、道路で潰れて通り掛かりの人が警察に通報し、お巡りさんに家まで連れて帰ってもらったこともありました。それでも、両親には『飲んでいない』と言いつつも張って病院に行くことを拒んでいました。仕事場の人から、様子がおかしいという事で、飲酒がわかり仕事は辞めなければならなくなりました。両親と妹に抱えられるようにそのままみどりヶ丘病院に入院させられました。

に『なぜ、こんな病院に入院させたのか。早く退院させてよ!!』等と度々言っていました。入院生活九ヶ月で退院しました。

その後、みどり断酒会に入会し、第二ヶアに通所することになりました。例会には、私が入院中から両親が出てくれました。

初めは、親の前で酒害体験を話す事に戸惑いがありました。何でもこんな所に通所しなければいけないのかとの気持ちもありました。

でも、断酒会の会長さんをはじめ会員・家族の方々に声を掛けて頂いたり、看護師長さんをはじめ、スタッフ、メンバーさんに励まされたりして、断酒と例会出席が今日まで続いています。本当に感謝しています。有り難うございます。

そして、いつも心配してくれている両親、今は結婚して九州に居る妹夫婦にもとても感謝しています。昨年、私の誕生日と同じ日に妹に女の子が生まれました。今は毎日が楽しくて、一日一日が有り

難く幸せな日を過ごしています。どんなに辛い事があつたとしても、お酒は飲むべきではなかったし、これからもどんな事に出会うかもしれないけれど、絶対に飲ん

ではいけないと思っています。今は、一日も早く仕事に就きたい気持ちです。早くその日が来るように、断酒会会長さん、会員と家族の皆さんに助けて頂きながら一日の断酒を頑張つて行こうと心に決めていきます。

それから、昨年離婚が決まり、五年生と二年生の二人の子供達に本当に申し訳ないと思つています。一日でも早く会える日が来る事を願つて頑張つていきます。

また、私には九十四才の祖母が山口で元気に暮らしています。今まで私達を本当に可愛いがつてくれている祖母です。時々、両親と一緒に会いに行つています。祖母もどうしようもない時の私を見てるので、今はとても安心し喜んでくれてます。そんな祖母に、絶対に心配を掛けてはいけなと思つています。

最後に、みどりヶ丘病院の院長先生、こんな私を救つて頂き、有り難うございました。そして、みどり断酒会に導いて頂き、心より感謝しています。これからも、宜しくお願い致します。

最後まで聞いて頂き、有り難うございました。



北舛 武康
(本人)

皆さん、こんにちは。呉みどり断酒会の北舛武康です。よろしくお願ひします。呉みどり断酒会創立四十五周年記念大会での体験発表の機会を与えて頂き、心から感謝しております。

私はなんの考えもなく十六歳の時からお酒を飲み続け、二十二歳の時には死に際にいる事さえ気付かずに飲んでいたこともある。二十七歳の頃に地元で仕事をするようになる。両親は仕事で遠方に行っているので実家には居ない。実質一人暮らしみたいなもので、給料は少なかつたが実家にいるので酒を買うに困ることはなく毎晩飲む。地元では酒飲みで知られるようになるが、人当たりが良かったのか評判は悪くなかつた。同じ職場に居た妻も私を大酒飲みと知つて結婚を承諾してくれた。だが、妻は失敗したと思つていて結婚して地元を離れ、間もなくして子供が産まれるが、一日焼酎五合というのは変らず、多くなる日はあつても少なくなる日はない。

仕事は休むことなく真面目に

やつた。五年ほど配送の仕事をしてきたが、二度大きな事故をおこした。二度目の事故で、多額の損失を会社にさせてしまい解雇となつた。どちらの事故も早朝で、最後に飲んでから七時間くらいは寝ているし、頭もしつかりしていた。しかし、体内のアルコール量は満タン状態であつたに違いない。五年間の殆どがそういう状態でトラックを走らせていたのだ。仕事を終える午後二時頃には手に震えとひきつけが出ていた。運転日誌・伝票などはほつておき、近くにある自宅へ急ぎ焼酎をラップ飲み。落ちて着いてから会社に戻り、事務所には入れないので運転席で書き物をすませ、素知らぬ顔で退社する。そんなことが度々あつた。

この頃は、子供が二人。飲酒運転で事故を起こせば、大変な苦しみを多くの人に与えることになる。だが、私は何ら深く考えなかつた。私が考えるのは、警察に止められたらやばいから、違反せず安全運転したようだ。

正直言うところ最近まで、酒が強いという思いは変らなかつた。焼酎を五合、『五合飲んで何とか酔う

ことが出来る。』と決めつけているから薄めることなく一気に飲む。それで落ち着く。少しづつ飲みながら酔うのを待つのではない。決めた量を前もって飲み、酔うのを待つのだ。だから、私に楽しい酒など存在しない。動かない身体を動かすために義務的に飲む。完全にそうなつたのが、解雇になつてからだろう。

次の仕事は妻が友達から貰つて来てくれた。さすがに車を運転する仕事はしたくなかつた。妻もその思いがあつたのか、造船所の仕事だつた。行き帰りは、会社の人を迎えに来てくれるので運転はなない。だが、それが少しあつた真面目な心を崩壊させた。仕事に行く前に飲むようになったのだ。酒が切れるまでの間隔が半日くらいだつたのに、六時間間隔が半日くらいだつた。そのため夜に飲んだ酒では朝には既に震え始めているので、真面目な仕事が出来ない。一日の酒量は格段に増えた。妻に隠して飲むようになる。殆どが仕事の行き帰りだ。焼酎を買い、車の中で飲む。家中のあちこちに隠す。妻からすれば、情けなく愚か

に見えただろう。半年した頃、身体を壊して入院。退院後、仕事に出たが同じことの繰り返しで、この仕事も一年続かなかつた。

立て続けに入退院の繰り返しをする三十六歳。子供は三人になつていた。妻は、限界に来てた。それでも飲むことを止めようとしな

い。そして、入院。毎回、病院を変えていたが、二度目のみどりヶ丘病院に入院するきっかけとなつた病院で、幻覚・幻聴を体験した。その病院で妻は、看護師から私の様子がおかしいと連絡があつたのだろう。新聞配達をすませて病院に来るようになっていた。妻が私を見る目は心配な目なのか、冷やかな目なのか区別がつかなかつた。担当医と妻と私で話をした。このまま入院するか、みどりヶ丘病院に入院するか。私は一度、十年前にみどりヶ丘病院に入院したことがあり、妻に話したこともある。担当医は専門病院がよいと勧めるが、妻は私が行きたくないことを知つていたので、このままで良いと言つてくれる。私は、正気でない頭で考えた結論は専門病院に行くことだつた。

紹介状を貰い、うる覚えの道を

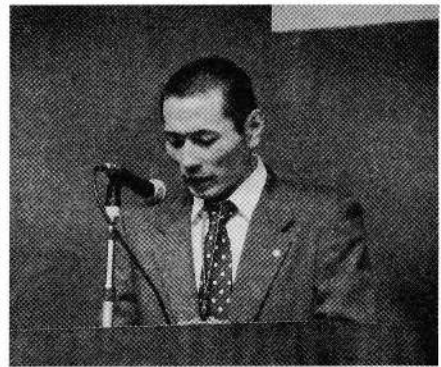
妻を横に乗せて車で行く。十年前は母親と一緒に歩いた道。院長先生の診察が終わり、歩きながら妻に話し掛ける。「この病院は恐いよ。鍵が掛かるからね」と笑いながら振り返ると、扉は閉められ妻の姿を見ることは叶わなかった。確かに自分で決め、自分で来たが、なぜか、涙があふれた。

三ヶ月の入院。肝硬変の診断も出て、初めて酒を止めようと思っただ。退院して二ヶ月ほどした頃、息子と公園に行った帰りに別段ひどい飲酒欲求があつた訳でもないのに、ふと、ワンカップを一つ飲んでみようかという考えが頭に浮んだ。なんの躊躇もなくコンビニで息子に菓子を、私は三十五度の焼酎を買う。いつでも飲めると、飲まずに隠す。妻が出掛けた隙にいてもたつてもいられなくなり、急いで封を開け、一気に流し込む。胃が締めつけられる。久しぶりだ。ここで、またしても私は酒に強いのだと思ってしまう。我慢をすれば出来たはず。アルコールの抜けた身体にして貰い、飲んでいた時と違い、我慢のうちに入りはしないほど簡単なことだ。しかし、何もわからず菓子握る幼い子供の

横で私は酒に手を出した。今まで酒を止める気がなかったから知らなかった。たつた一杯の酒で、こんなに苦しむなんて。もはや、止めることの出来ない自分がいた。

酒のことだけを考え、ひたすらに飲む日々が続く。妻や子供のことなど、考えることも出来ない。一人になりたい。一人になって思う存分飲んでやる。そう思つて実家に車を走らせる。実家に着くと、これで飲めると思い、少しだけ飲んで眠つた。目が覚めると子供達、それに長崎に居るはずの母親が居てびっくりした。妻がどうするとも出来ずに両親に電話をしたのだ。何も言えない私に母は御飯を出し『食べろ』と言うだけ。震える手で何度も何度も口まで運ぶが口の中に溜まるばかりだった。

こんな状態でも、私は酒さえ飲めば何とかなると思っていた。母親の目を盗み酒を買いに行くが歩けない。何とか店に着き、焼酎をかうとするが、喉を通つてくれないうと、それでも、諦めずに少しづつ胃に流す。残つた焼酎を外に隠していたが、翌日にはなくなつていった。一日目は我慢したが、無理だつ



た。もう一度、酒屋に買いに行く。二十二才の時もこんなだった。見るに耐えない姿で酒を求めた。死はそこまで来ている。それでも止めることが出来なかった。その日の夜中、私は吐血した。母親が持つて来た洗面器にどんどん血が溜まつていく。私の記憶は、そこからなくなつていった。

泣き出す子供達、うろたえた妻に連絡する母親。救急隊員が運び出そうとすると、息子の名前を叫んでいたそうである。私は、病院へ運ばれる救急車の中で、ずっと大暴れをした。妻の顔が見えたとションボリするので周りに居た人達は笑わずにはおれなかつたそうだ。結局、私は入院

を八回繰り返し、みどりヶ丘病院には三回入院をした。最後の退院が平成二十二年五月八日で、この日に呉みどり断酒会に入会した。

体験発表ということで、じっくりと過去を振り返ってみると、これまで話して来たことは、私がして来たことの一部であり、その中でもかろうじて記憶に残っているものだから、微々たる体験談にすぎない。これだけでも話の酒癖がよくわかる。私が飲んでも、私や私の周りの人達はプラスの思いをしていない。ゼロならまだしも、マイナスの思いだけが残っているだけだ。マイナスばかりの過去を断ち切り、せめてゼロにしたい。償つて行きたい!!。アルコール依存者の反省は、断酒を継続して行くことでしか相手に伝えることは出来ない。いくら善意の活動をしたからといって償いにならない。まずは断酒継続が出来てなんぼ。愚かだった自分を忘れないこと。断酒をして行く自分を見据えること。私が断酒会で一番気に入っているのは、一人で止める必要がないということ。一人の人間が持つる荷物には限界の重さがある。持てないなら、大勢で持てばいい。

だから、一人で止められる人をアル中と言うのは悪い気さえする。

例会に出て発言をする。また、

聞くことで気を引き締めることが出来る。例会は仲間に見える。それだけでも、ものすごく意味があると思う。そこで安心感が生まれ、今日も飲まずに仲間の顔が見られたと：！！。ただ、馴れてくると『飲まずにすんだ安心』と『飲まない安心』と勘違いしそうになる。もう飲まないだろうと安心しては絶対にならない。自分は、飲んではいけない人間だということ

を認識すること。これからも、もつともつと例会で勉強させて頂きたいと思っています。

最後に、以前妻に『生まれ変わったも、私と結婚したいか？』と聞いたことがあるのだが、答えは『いいえ』だった。これを『はい』に変えるのは無理かもしれない。しかし、今の落第点に私は気を落とすことなく、焦ることもなく、死ぬ迄でいいから妻に及第点をもらい、良い夫だったと言わせるつもりでいます。

これで、私の体験発表を終わります。ご静聴、ありがとうございます。



曾根 真由美
(家族)

皆さんこんにちは。呉みどり断酒会家族の曾根真由美です。よろしくお願ひ致します。

昨年タイで大きな災害があり、テレビでアユタヤの映像を見る度、胸の奥の古傷がズキズキ痛むような気がしました。

今から十五年前、私は夫の仕事の関係でタイのバンコクで暮らしていました。その頃の夫は大量飲酒の毎日で、私は二日酔いで会社を休む夫に腹を立て、注意をしては、所構わず大きな声で怒鳴られたり、物を投げられたりして怒らせていました。もし、夫のお酒で心を痛めることが無ければ、私にとってタイの思い出は宝物になっていたと思いますが、辛い思い出に変える出来事がありました。

タイでの生活が一年になる頃、夫の幻覚・幻聴を目の当たりにしました。テレビで見たアユタヤの映像は、幻覚・幻聴が出た時ばかりでなく、その前後の私の気持ち

を思い出させました。日本に居る私の友達に、子供を連れてタイに遊びに来たのは、幻覚・幻聴が出た日の一週間前でした。友達とアユタヤに一泊で旅行に行く準備をしていたその日、夫は会社を休んで、部屋に籠って寝ていました。『私が居ない間にもつとお酒を飲み、明日も会社を休むのではないか。でも、せっかく日本から遊びに来てくれたのに連れて行ってあげたい』と色々悩みましたが、結局、主人を家に残して予定通り出掛けました。古い遺跡や、映画で見たことのある風景が目前に広がっていました。久しぶりの友達との再会、楽しい旅になるはずでした。しかし、心ここに在らずで、お酒をいっぱい飲んでグチャグチャになって暗い部屋で寝ている夫の姿が頭をよぎり、重く重く気持ちで、その風景を見つめていました。

家に戻ると、やはり夫は部屋に籠って寝たままでした。そして友達に日本に帰って二日後の夜中、夫は『そこに誰かが居る』と変なことを言い出したと思うと、私には見えない人を追いかけて、隣の家の扉を叩いたり、マンションの周辺を駆け回り回りました。私はやつとの思いで夫を家に連れて

帰りましたが、『もしかしたら、本に出ていたアルコールの禁断症状かも知れない。お酒で頭がおかしくなったんだ』と思うと、愕然としました。夜が明けた頃、『見える自分が正しく、見えない私がおかしい』と言いつ張る夫を何とか説得し、タクシーで病院へ連れて行きました。病院までの薄暗い風景を呆然と見つめながら、『頭のおかしくなった夫は、これからどうなるのだろうか？！。旅行に行かず、家に居てお酒を飲まさないようにしたら、こんなことにはならなかっただろうか？！』と自分を責めていたような気がしました。

夫は、病院でもないはずの人の姿を追い掛けて、八階の窓から出ようとして大騒ぎになりました。大勢の警備員に取り押さえられ、暴れた夫は最後は注射で眠らされました。この時の様子は、『幻覚・幻聴が出た時の夫は、何をするか分からない。自分が死に繋がる事故を起こすかも知れないし、人を傷つける事件を起こすかも知れない』という気持ちを私に植え付け、恐怖と、不安で震えが止まりませんでした。私の人生で一番

辛い、長かったこの日の夫の様子

辛く、長かったこの日の夫の様子

を私はメモにとりました。眼が覚めたら、お酒を飲んだ結末が、どんなことになったかをきちんと知って欲しい。覚えていないので済ませて欲しくは無かったからです。

最近になって、この時のメモが出てきました。最初は夫に何をしたかを分からせ、お酒を止めさせるために書いたはずのメモが、だんだん自分を支えるためのメモに変っている事に気付きました。お酒のせいで頭がおかしくなったりという事を私は隠したいのに、夫は狂った頭のまま『あの資料は届きましたか』等と会社に電話するのには、『あの人からの問い合わせには、こう答えておいた』等と適当にごまかした内容が書いて有りました。そこには、ごまかすための嘘を重ねるうち、何が真実で何が幻覚なのか分からなくなるほど動揺していて、壊れそうな心を必死で支えながら、夫が職場に戻った時、きちがい扱いされないようにかばっている愚かな私の姿が在りました。

このメモを見たとき、『ばかだなあ、誰かに相談すればいいのに』と思いましたが、同時に『ばかりにたいだけ、よく頑張ったね』と、



当時三十七歳の自分に言ってやりたくなり、涙が出て来ました。実際は、退院後タイの職場には戻れず、日本に帰る事になりました。

私は、『お酒を止めさせるのは家族の責任。タイでの辛い出来事は忘れて、お酒は止めてもらい、やり直すんだ』と強い決意で日本に帰り、その後この出来事を口にする事は、断酒会に入るまで有りませんでした。しかし、日本に帰ってから夫は酒を止めなかったため、私はまたいつまた出るかわからない幻覚・幻聴に怯えながら暮らしていました。見張ったりしてお酒を飲まさないようにしたので、怒鳴られたり、物をなげなれたりして、二人の間は険悪になる一方でお酒の量は増えるばかりでした。何かある度に、夫から『もうお酒は飲まない』と言われると、かすかな希望を持つてしまい、気持ちを立直していたのですが、例会の夫の発言から『日本に帰ってから、断酒会に入るまで、お酒を止める気持ちなど全くなかった』という事が分かりました。どうにもならなかったはずですが、

思いました。責める私に夫は『お酒を飲むのは自分の勝手、一生止めない』と言いました。『家族の責任はもういい、止めないなら離婚しよう』と思うようになりまして。私は夫を見張って自由を奪って来ましたが、同時に自分自身を縛っていました。自由になりたかったのだと思います。お酒に振り回されている私をずっとそばで見、心を痛めていた父を安心させたいという気持ちもありました。

お酒を止めさせるのは家族の責任と決意して日本に帰って来ましたが、七年経ってその決意にも終わりが来ました。その頃の私は、父が病気で、夫を見張る事を優先する自分が嫌になっていました。姉から、父との最後の旅行に行こうと誘われた時も、夫を家に残してアユタヤへ旅行に行つて幻覚・幻聴が出た事が重くのしかかり、また、一緒に行つて飲まれることも恐れ、悩んだ末、今度は行かない事を選びました。姉達だけで父を旅行に連れて行つて貰つたその日、夫は夜中に酔つ払つて帰って来ました。

この時、『私が居ても居なくても、行き着くところはいつしよ。私の悩んだ末の行動や、気持ちに関係なく、お酒を飲むんだ。』と

私の決意が夫の酒量をもっと増やしたのかも知れません。しばらくして、二度目の幻覚・幻聴が出て、みどりヶ丘病院にお世話になり、断酒会に繋がりました。断酒会の決意はほとんど無く、退院したくて断酒会に入会した夫でしたが、皆さんのお話を聞かせて頂くうち、段々真剣に断酒してくるようになつて行く様子を感じる事が出来、嬉しく思っています。

皆様方のお蔭で断酒八年目の今日の日が有る事に感謝しながら、これからも夫の断酒が続くように応援したいと思っています。そして二人とも人としてもっと成長出来るよう努力して参りたいと思っております。



廣野 幸則
(本人)

皆さんこんにちは。私は、呉みどり断酒会の廣野幸則と申します。本日はこの様な記念大会でまた大勢の先輩、仲間の前で発表の機会を頂き、大変有り難うございます。恐縮し、また感謝していません。入会して丸三年を経過しましたが、この様な場所に立っている事を何年前の自分から想像しませんでした。何が想定外と言わざるを得ません。何が想定外かと言いますと、まったく想定外かと言いますと、それは一滴の酒にも手を出せない自分が此処に有ります。私にとつてアルコール依存症と云う言葉は、絶えず聞く言葉なのですが、この言葉は随分前から聞いておりました。でも、本当の意味を知る事になつたのはみどりヶ丘病院に入院してからです。私の以前から思っていたアルコール依存症とは、夕方になると何かそわそわしてお酒が恋しくなる、欲しくなる習慣を持つ事と思っていました。所謂普通の上手な飲み方が出来る人も含めアルコール依存症と思っていました。だから、自分の

事を含め病氣と思つていませんでした。そういう軽い気持ちでいましたので、病院でアルコール依存症と言われても、あまり驚きもしませんでした。入院とその後の治療でまた酒が飲めるようになると思つていたのが、本当のアルコール依存症の意味を知ることになり、今後は一滴の酒も飲めない、自分の中でその衝撃的事実を受け入れる事が中々出来ませんでした。今から思い出しても、私は酒を飲み過ぎると記憶が飛ぶ事もよく有るので定かでない事も有りますが、入院の直前は酒の飲み過ぎで心も身体もボロボロにねじ曲がつていたと思えます。普通に食べられない、飲めない状態で今回のように寒い時期でも布団の中に入り、眠くは無いに眠らんと身体がもたんという意識は少し有り、眠りかけてウトウトすると、突然多量の汗が吹き出して来る。勿論、暖房もこたつも点けてないのに汗。体の何処かが、酒の飲み過ぎで壊れている。この自覚症状は有りませんが、酒を止めれば元の身体に戻ると思いながらも酒は止められない。朝までに何回も汗をかいた下着を替え続ける。更にこの頃は、

やはり突然おそつてくる悪寒と吐き気。あまり食べていけないのに、酒も大して飲んでいないのに何回も吐き続ける。それでも多少医療に対する知識が有つた私は、水分補給せんといかんと思ひ、ポカリの2ℓのペットボトルを一晚に二本・三本ガブ飲みする。朝までには全て吐き出す。こんな辛い本当に死ぬ様な日が早く終わらんかと思ひ、原因と思われる酒を止めようともががが、一人では止まりませんでした。

毎日、汗水流して働き、また仕事を成し遂げた後に飲む一杯のお酒の美味さ。忘れられませんが、スポーツで汗を流している時、喉が渴いても夕方まで我慢して飲む一杯のビールの喉越しの美味さ、それを楽しみにして汗を流しスポーツをする。これも忘れられませんが、でも、夕方まで我慢をして飲むと言ふのは、私に取りましてずつと以前の事です。十年以上前から仕事の無い日は、取りあえず朝から酒を飲む。スポーツで身体を動かす時も、酒は必ずそばに有りました。ブラックニツカのポケット瓶が私の定番でした。これは、薄い瓶でポケットの中にびつたりでした。これを何本か必ず身につけてのスポーツが、私のスポーツの有り方でした。酒を飲みながら、飲み続けながらのスポーツが私の楽しみでした。目的はスポーツか酒を飲む事かと思うと、やはり酒・酒・酒でした。

昔、スキーを少しかじつていた時の事をお話しします。勿論、自分でも感じていくらい多少おかしな飲み方に成つてからの事です。朝早く出掛けるのに一眠りしてからでは起きれないと、前の晩から飲み続けそのまま出掛ける。グレンデに着き、そして滑る途中のリフトの上でポケット瓶を出し飲む事に抜かりは有りません。こんな状態でスキーが出来ていたのかどうかなんて論外かもしれませんが、元々スキーを楽しむのか、酒を飲むのが目的なのか、その頃は考えもしませんでした。そんなスキーの後で家に帰つても身体に酒を補充する事だけは忘れません。そんな事の繰り返しで同じ間違いを何度もしました。

疲れと酔いで気持ち良くなり、石油ファンヒーターの前で膝を抱え、何時間も眠つてしまふ。途中で何か脛がヒリヒリするけど、朝

までそのまま。夕方近くになると、そのヒリヒリとした脛が大きな水腫れ。これがいわゆる低温火傷だそうです。こうなると暫くの間、毎日毎日治療のため病院に通う事になります。先生に低温火傷になった原因を話すと、治療の為に暫くは酒を止める様に言われましたが、そんな事ができるくらいなら今の自分は有りません。一度や二度失敗しても決して止めない、止められない。結局、何度も同じ低温火傷をして、今でも脛には何ヶ所も火傷の跡が有ります。よく火傷程度で済んだと思いません。

ひどいお酒の飲み方、人と比べ異常な飲み方が長かったのですが、特に入院直前はひどく、記憶に無い日が何日も有ります。酒は二十歳からと人並みのスタートを切ったのですが、一度飲み出すと時間が有る限り、酒がある限り、次に何か有るか、次の日に何かがあるか考えもせずに飲み続ける習慣は、その当時から変わっていませんでした。それでも若い頃は、それ程酒に掛ける時間もお金も無く、その為もあり、今で言う休肝日が多めに取れてました。酒が飲める



のは、大人、偉い。飲めないのは、男じゃ無い。飲める自分が有り、飲みつづりを褒められる。自分が量も飲める事が自慢の種。この頃から長い飲酒時代の間、妄想のように間違った考え方を持ち続けることになりました。飲んでいける時も、飲んだ後も人に迷惑を掛けている事等考えもせず、また飲んだ後に記憶が跳ぶ事もしばしば有りましたが、ほんの少し前まで酒を飲んで少しおかしな事をすると、多少の迷惑を掛ける事は、酒の成すチョツとしたジョークと思いついていました。でも、私の侵してきた迷惑酒害はとて些細とかジョークでは済まされない事だらけだったと思います。

少し話は変わりますが、お酒を覚える前からバイクが好きでした。免許も無い、免許も取れない小学校の高学年から山の中で乗っていました。これが、酒に出合うとちよつと様子がおかしくなります。連続飲酒の最中でもバイクは何時もそばに有りました。つまり、飲酒運転の常習者となります。幸い大きな怪我、事故も無く、今から考えると、運が良いとか悪いとかでは済まされない事と思います。入院直前のバイクはアメリカ製の皮のサイドバックが似合っていました。《中略》

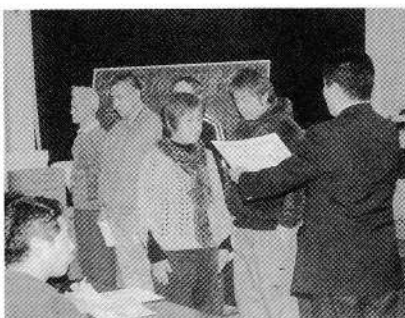
でも、入院中そのバイクは手放しました。酒飲みは、皆かつこうを付ける所が有ると思いますが、友人・近所の人の眼も有り、入院の治療費の為に人並みに悲劇のヒーロー気取りも有り、手放しました。私が断酒会に入会するきっかけは、入院中に長尾院長先生に勧められ、また現みどり断酒会・渡部会長より凄く達筆な字で「会は、君を待っている。」と言うようなメモを頂いたからです。藁を掴む気持ちで断酒会に飛び込みました。酒に足のつま先から頭のとてんまで浸かり溺れていた私には、そういう気持ちでした。先日は入会三年表彰と記念品を頂き、会の皆様大変有り難うございました。今後の断酒継続の糧としたいと思います。まだまだ時折飲酒要求がムラムラと湧く事も有りますが、会の先輩・仲間の顔をジツと思いつかべては、グツと堪え断酒の継続が出来て居ります。また、貴重な先輩・仲間の体験談を拝聴して自分身の反省と今後の糧とし皆さんの顔を再び焼き付ける為にも例会出席、一日断酒の積み重ね、これが大事だと思います。これからも断酒会の中に身を置き、離れる事なく皆さんと共に頑張つて行きたいと思えます。本当に朝から晩まで酒に明け暮れ、心も身体も酒でねじ曲がつた自分でしたが、おかげ様で、どうにかこうにか皆様の前に立ち話が出来た所まで心も身体も回復させて頂きました。これも長尾院長先生をはじめ、病院関係者の皆様、そして断酒会の先輩・仲間のお陰と感謝して頂きます。私にとりまして断酒例会は、止め続ける為の例会と思ひ、出続けたいと思ひます。最後に私の拙い体験を披露する機会を与えて頂き、有難うございました。

四十五周年記念大会閉話

今回、創立四十五周年大会を開催するにあたり、約一年前から実行委員会を立ち上げ、経験豊富な先輩委員の方達から『これからは現役員が中心となり、呉みどり会を盛り上げて行かなければならない。わしらもどんな協力でもするから、現役員で遣つてみなさい。五十周年もあつという間に来るから!!』との言葉に若輩者集団の現役員達は元気づけられ、会員・家族の方達の協力を得て手作り大会も成功のうちに終わらす事が出来、五十周年大会にむけ、会員・家族が一丸となつて盛り上げて行こうと気持ちを新たにしました。



大会資料の袋詰め風景



断酒継続表彰

断酒継続表彰者

(創立45周年記念)

- ☆一年表彰 岩本 秀寛
- ☆二年表彰 伊藤 康治
- ☆三年表彰 前田 敏美
- ☆四年表彰 金子 武久
- ☆五年表彰 福永 里美
- ☆六年表彰 北外 武康
- ☆七年表彰 片山 久人
- ☆八年表彰 中島 和明
- ☆九年表彰 廣野 幸則
- ☆十年表彰 加藤 勝美
- ☆十一年表彰 藤川 芳文
- ☆十二年表彰 遠藤 勇人
- ☆十三年表彰 小池 保男
- ☆十四年表彰 中田 頼子
- ☆十五年表彰 須田 一郎
- ☆二十年表彰
- ☆二十五周年表彰
- ☆四十年表彰

寄付者御芳名

創立四十五周年記念大会

〔呉みどりヶ丘病院〕

- | | | |
|-------|--------|--------------|
| 院 長 | 長尾澄雄様 | 岡山県断酒新生会様 |
| 精神科医長 | 小河弘幸様 | 岡山断酒ふたば会様 |
| 医 師 | 山根正久様 | 三原断酒友の会様 |
| 看護部長 | 山根文子様 | 尾道断酒うず潮会様 |
| 事務次長 | 山下成幸様 | (N)福山市断酒会様 |
| 事務次長 | 田代時弘様 | 備後断酒友の会様 |
| 事務次長 | 山崎千鶴様 | 府中断酒会様 |
| 事務次長 | 佐藤正明様 | (N)福山みずほ断酒会様 |
| 事務次長 | 河崎秀則様 | 賀茂台地断酒会様 |
| 事務次長 | 住吉秀則様 | 芸南断酒会様 |
| 事務次長 | 高野直美様 | 岡山県有本敬様 |
| 事務次長 | 沖本静彦様 | (朋友会) |
| 事務次長 | 新谷義孝様 | 岡山県有本敬様 |
| 事務次長 | 樋高一成様 | 岡山県有本敬様 |
| 事務次長 | 杉本圭子様 | 岡山県有本敬様 |
| 事務次長 | 清水雄治様 | 岡山県有本敬様 |
| 事務次長 | 上瀬育美様 | 岡山県有本敬様 |
| 事務次長 | 安藤美美様 | 岡山県有本敬様 |
| 事務次長 | 垣中博達様 | 岡山県有本敬様 |
| 事務次長 | 佐々木淳聡様 | 岡山県有本敬様 |
| 事務次長 | 島村綾様 | 岡山県有本敬様 |
| 事務次長 | 近藤真衣様 | 岡山県有本敬様 |
| 事務次長 | 森田悠衣様 | 岡山県有本敬様 |
| 事務次長 | 高松美紅様 | 岡山県有本敬様 |
| 事務次長 | 石川尚史様 | 岡山県有本敬様 |
| 事務次長 | 三上博史様 | 岡山県有本敬様 |
| 事務次長 | 臨床心理士 | 岡山県有本敬様 |

広島県高畑見心様

藤川幸男様

松木恒雄様

為季明男様

後藤清美様

村上直美様

田中正直様

須田一郎様

川西昭様

寄付者御芳名

(十一月度)

呉 中田頼子様 一〇、〇〇〇円

渡部 憲様 二〇、〇〇〇円

(十二月度)

呉みどりヶ丘病院

院長 長尾澄雄様 六〇、〇〇〇円

呉 田中正直様 一〇、〇〇〇円

感謝箱 三、五二〇円

(二月度)

感謝箱 一、一九〇円

(二月度)

感謝箱 一、二八〇円

新入会員紹介

●呉市西中央四一八一三・四〇三

岩城 義美

●呉市焼山宮ヶ迫二一三二四〇二

新谷 美恵

●呉市阿賀北一七一七三二

第三大谷荘 山内 鉄平

断酒継続おめでとう

☆一年 岩本 秀寛 11月6日

☆二年 舛田 厚 1月29日

☆三年 片山 久人 3月13日

☆四年 中島 和明 11月29日

☆四年 春日世津子 1月12日

行事予定

○4月8日

第47回中国断酒ブロック

(山口) 大会

(山口市民会館)

○4月22日

第47回四国断酒ブロック

(香川) 大会

(サンポートホール高松)

○5月12〜14日

第68回松村断酒学校

(本山町プラチナセンター)

○5月26〜27日

第18回山口県断酒セミナー

(山口県セミナーパーク)

○6月10日

第42回広島県断酒(福山)大会

(福山市神辺文化会館)

○6月23日〜24日

第42回全断連通常総会

(晴海グランドホテル)

○7月14〜15日

第11回鳥取県断酒会

一泊研修会

(ホテル 大山)

○8月31〜9月2日

第42回山陰断酒学校

(松江市玉湯町公民館)

住所変更

〒737-0903

呉市焼山西三一九一三

シェリー壱番館二〇二号

安岡 利勝

平成23年11~12月度例会動員数

行事名	回	正会員	家族会員	賛助会員	社会会員	院内会員	7-7-7	合計
土曜例会	8	248	109	48	173	569	103	1,250
水曜例会	8	245	116		4			365
家族の集い	2		12					12
ブロック例会	2	24	14					38
懇談会	2	4						4
創立40周年特別院内例会	1	25	9					34
新会員を囲んで	2	19	6					25
第15回ふくやま一泊研修会	1	7	3					10
飲酒運転追放キャンペーン	1	7	7					14
第21回中瀬ブロック断酒セミナー(秋版)	1	4	3					7
呉みどり断酒会第45回酒なし忘年懇談会	1	29	14					43
呉みどり断酒会第42回酒なし忘年懇談会	1	27	9					36
県連理事会	1	6						6
呉みどり断酒会役員会	2	32						32
合計		677	302	48	177	569	103	1,876

平成24年1~2月度例会動員数

行事名	回	正会員	家族会員	賛助会員	社会会員	院内会員	7-7-7	合計
土曜例会	8	256	103	47	145	556	102	1,209
水曜例会	8	259	111		5			375
家族の集い	2		18					18
ブロック例会	1	10	7					17
懇談会	2	4						4
特別院内例会	2	54	17					71
新会員を囲んで	2	27	15					42
平成24年度合同初例会	1	37	16					53
第35回愛媛県フナイトセミナー	1	7	3					10
呉みどり断酒会創立45周年記念準備	1	38	14					52
呉みどり断酒会創立45周年記念大会	1	42	18					60
県連理事会	2	7						7
呉みどり断酒会役員会	2	25						25
合計		766	322	47	150	556	102	1,943

〔平成二十四年度 役員〕

常任相談役

田中 正直

会長

渡部 憲

副会長兼事務局長

西村 好登

理事(進行・編集)

石橋 剛

理事(会計)

曾根 敏浩

理事(行事)

佐伯 忠

理事(事務局)

廣野 幸則

理事

堂脇 正美

理事

鍋山 秀一

理事

片山 久人

理事

北舛 武康

理事

福永 里美