

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



本年も宜しくお願、申し上げます



『平凡な年でありますように!!』
 会長 渡部 憲

す。明けておめでとうございま

様々な思い、決意で新年を迎えられたことと思います。

30年前、妻の我慢と辛抱は限界にきました。「お母さん、初めて話すけど、憲さんがもう減茶苦茶です。酒びたりで、自衛隊もクビになりそうです。仕事中も飲んでるみたいですよ。私一人ではどうする事も出来ません。お願いですから一緒に呉に帰って下さい。」

その時、母は64才。父はパーキンソン病で何年も寝たがり。後継ぎの長男は3年前に病死した。途方に暮れた日々を送っていた母の驚きと失意は…

二人で呉に向かう木次線の汽車の中で、母はたつたひと言つぶやいたという。「どうして、あの子がこんなことになってしまったんかのお…」と。

母と妻が家に帰って来た。話し合いの為、自衛隊からも偉い人が

3人来た。「酒を止める」か、「自衛隊を辞める」かの談判が始まった。妻も母も同席して。

幼い二人の子供は、せっかく田舎からお婆ちゃんが出て来たのに、甘える事も出来ず、2階で声も立てずに話し合いが終わるのを待っていた。

結局、その夜、私の『断酒』はスタートする事となった。お陰でクビは免れたものの、後日、停職一週間の大きな懲罰をもらった。

「私はこんなに長生きをしようと思つた訳じゃない。ただ、次々と色んな事が起こって、死んじよる暇がなかったんヨ」と、冗談を言つて笑わせていた母だったが、昨年6月、94才で逝つてしまった。

もしあの夜母が私の『辞める』を『止める』と勘違いしてくれていなかったら、今の私はいないし、今の『幸せ』はなかった。

仲間の中で、平凡な年である様、例会出席で今年も頑張ろう!!

呉みどりヶ丘病院 創立43周年記念 体験発表



住村 博士
(本人)

皆さん、こんにちは。私は、呉みどり断酒会の住村博士です。

本日は、呉みどりヶ丘病院創立43周年記念特別院内断酒例会おめでとうございます。この記念すべき日に体験発表をさせて頂ける事を心から感謝いたしております。

私の事ではありますが、体験をお話し致します。現在、私は63才になったところです。62才の時、アルコール依存症となりました。今現在、こうして元気に頑張っています。私の体験は、何の変哲もないごく普通の生活の中での出来事で、過去にはそれぞれ個人差もあり、依存症者の一人の体験として聞いて頂きたいと思えます。

昭和25年10月14日生、鉄道記念日に川尻町で誕生し、幼い頃から

18才まで日々楽しく過してまいりました。私も中学3年の時に初恋をし、数年で失恋という体験もしました。いつも明るく楽しく過ごした思い出もあります。

呉港高校を卒業。高卒の就職という事で4社の試験面接を受け、その中の一社である会社に採用内定となりました。昭和44年4月に社会人となり、日本通運(株)呉支店の事務職として配属され、良き上司・先輩にも恵まれ、勤務が始められました。ここで、私の過去を振り返り、職歴をお話しすることが社会に出てから依存症者になった経緯がわかって頂けると思ってお話します。

新入社員当時は、仕事の内容もわからないことばかりでした。私の最初の業務は、小口混載貨物及び路線トラック便の集貨、配達の仕事の整理から始まりました。社会人になってから初めての業務であり、内容を覚えるのが難しいもの

で毎日懸命に頑張る、3ヶ月で到着業務が一人前に出来るようになり、引き続き発送業務も覚えて発送両方の業務をこなして来ました。

呉みどりヶ丘病院が創立された年に私は社会人二年生となり、その頃から酒を飲み始めました。当初の酒量は少なかつたのですが、誘われれば断ることも出来ず、何度となく近くの大衆食堂で飲んでおりました。

私は23才から組合の役員となり、10年間会社と組合の業務をこなしてました。5年後、大口貨物係から作業係となり、28才で主任となりました。この間、組合の役員をしている時は飲酒の機会も増



え、飲酒量は一段と増えてました。作業係に移動後は業務打合せという事が度重なり、よく飲む事もありました。当時は、就業時間も不規則で、体調の管理が大変でした。休肝日もない週も多くあり、朝7時から夜の9〜11時の業務。時々カレンダーが変わって家路につくこともあり、この忙しい業務の中、飲酒が出来たのが不思議でなりません。

また5年後、栄転という事で広島支店勤務となり、川尻ヶ丘広島間の電車通勤となり、よく広島駅ビル等で一杯飲んで帰っていましたが、酒量は多くはありませんでした。それから3年後、呉支店への転勤となり、広営業所の所長として赴任しました。ここでの業務は、呉支店業務全搬であり、更に5tコンテナ基地でもありました。毎日の仕事は激務であり、営業も含め飲酒の機会も増えました。

勤続20年を迎える38才の10月、悪性ポリープの発覚で胃の全摘出手術を受けました。その後、2年間は酒を絶っていました。体調が回復すると増える仕事量とともに飲む機会は増え、退職まで数回の職場の移動、転勤の中、飲み会に

接待にと長い長い飲酒生活をして来ました。若い頃から、この年になるまで依存症となる事など考えもせず飲み続け、体調管理も出来ず、サラリーマンとは因果なものです。仕事をし、酒を飲み続け42年間：！！。会社のため、家族のため、自分のために頑張つて来ました。そして、アルコール依存症となり、呉みどりヶ丘病院に平成24年3月末入院となりました。

長い入院生活の中、院長先生や主治医の長尾早江子先生には、色々なアドバイスや愛情ある御指導・激励を頂き、断酒をする気持ちになったのも先生方のお陰と感謝しています。本当に有難うございました。入院中は、学習会・例会・研修会等々。中でも院内断酒例会で『断酒する心』を学び、行動目標を見つけ『断酒生活も良いものだ』と思う気持ちが生まれました。

私には、長女・長男の二人の子供を授かり、二人の孫『良夢』『夕菜』も出来て最高の人生でしたが、今からという時の昨年3月末に突然のアルコール依存症となり、絶句のジェエジェエでした。何故、私が：！！。今から：？半年と半月の入院中、看護部長をはじめ

め看護職員の方達、スタッフの皆さんに昼夜24時間毎日お世話を頂き、私も無事退院が出来ました。本当にお世話になりました。

私の酒害については、他人に迷惑をかけたというものではありませんでした。しかし、家族：！！。特に妻には何かと心配・苦勞をかけたことを非常に残念だと思つています。過去を振り返り、今思うに社会人になつてからの私の人生は飲酒で始まり、飲酒で終わったように思います。ただし、人生が終った訳ではありません。酒を飲むのが終わったということです。酒は良薬の長ではありませんが、長い飲酒は病の源です。本当に過去を反省しています。



この子達や、孫達のために…

退院後、呉みどり断酒会の会員となり、一カ月前に断酒継続一年を経過したところです。皆さん！！、目標達成を共に仲間として味わいましょう：！！。あくまで、一年で終りではありません：！！。通過点として：！！。今日あるのは、呉みどりヶ丘病院はもとより、呉みどり断酒会の会長・先輩・仲間・家族会の方達のお陰です。例会には断酒会々員となつて一度も欠席もせず、院長先生、早江子先生との約束どおり現在に至つております。私は勿論ではありませんが、夫婦共々今後も例会には出席する所存であります。断酒には、終りはありません：！！。断酒継続『いつまでやるの：？一生涯でしょう：！！』毎日規則正しく生活をし、過去を深く反省し、固い意志・勇氣を持ち、新しい未来に希望を持つて生涯の断酒継続に頑張ります。

断酒の心、『おもてなし：！！』お客様だけではなく、他人にも、家族にも迷惑をかけず、仲間と共に『断酒の道』を頑張つて行きます。私は今日の創立記念特院において再度お約束します。

御静聴、有難うございました。

第48回四国断酒ブロック (愛媛) 大会

夏真っ盛りの8月4日、松山市にある愛媛県民文化会館で第48回四国断酒ブロック (愛媛松山) 大会が七百四十一名の県内外からの朋友が集い、開催された。当会から三十五名の会員・家族が参加。



会場前で (35名)

今大会で心に響いたものは、四名の朋友の体験発表は当然だが、『高齢化する社会と深刻化するアルコール問題』をテーマに記念講演をされた、猪野亜朗先生のお話は、現代社会が抱えている社会問題にメスをいれられ、分析説明をされ、その対策を系統だつて解き明かされた内容に考えさせられた。

第43回山陰断酒学校

例年だと残暑厳しい8月30日、9月1日の3日間、松江市玉湯公民館で山陰断酒学校が五百五十八名の全国地域断酒会の朋友が集い、開催された。当会も初入校者一名を含む十二名が参加。今年は



12名の入校者

例年とは違い、3日間とも雨の中の開催となった。会場は再会を喜び合う人達がそこかしこで見られ、温かい雰囲気にもまれていた。研修最後の閉会式では初入校で頑張った当会の片山久久さんが入校者を代表して研修証を受け取り、感無量の様子。親しくなった朋友との再会を約束し、家路についた。

第43回 県連研修会 (江田島)

今年も9月14日、16日の3日間第43回県連研修会が国立江田島青少年交流の家にて開催された。当会からは初参加2名を含む24名が参加。今年も中には、呉みどりヶ丘病院の療養生37名が参加。来賓も多数臨席を頂いて、総参加者数二百三十余名であった。



深夜まで続く語らい

県連研修会とあって、周りは気おけない朋友ばかり。休憩時間には、会場のそこそこで笑いの和が出来、和やかな雰囲気も漂っていた。亦、研修が終わると参加者が集まり、時間を忘れて話に華が咲き、交流を深めた3日間だった。

呉みどりヶ丘病院 創立43周年記念

第496回特別院内断酒例会

初秋を感じさせはじめた10月20日、呉みどりヶ丘病院に於いて、四百五名の会員、家族、療養生の方達が参加し、創立四十三周年記念特別院が盛大に開催された。



長尾院長先生

体験発表者は療養生二名、正会員三名、家族会員一名。当会からは、住村博士さんが発表された。その後小河先生の所感、院長先生の記念講演で盛り上がり、長尾澄雄院長先生の益々のご活躍と当院のご発展をお祈りして終了した。

「飲酒運動追放」街頭キャンペーン

11月9日(土)、今年で四回目となる、断酒宣言の日記念「飲酒運動追放」街頭キャンペーンのチラシ(ティッシュ)配布に会員・家族22名が呉駅前集合。今年から初参加の方も数名居て、先輩達の手ほどきを受けながら、道行く人達に「飲酒運動追放キャンペーンを行なっております。どうぞ……!」と配る声も最初のうちは、恥ずかしさも手伝って、小さな声だったが、ティッシュが無くなるにつれて声も大きくなり、三千組を配り終える頃には、どの顔も達成感に包まれた笑顔に変わっていた。



呉 駅 前 で

第50回全国（沖縄）大会&満喫の旅

「沖縄は初めてだ」「暑いのか、何を着て行こうか?」「今回でもう二度と行く事はなからうで」等々、我々は二年前から少しづつ旅費の積立てを開始した。かなりの出費、高齢化による健康不安などで、残念ながら参加断念する者もいたが、それでも11月16日（土）、広島空港には総勢17名が集合。

今大会が、全断連結成50周年記念大会でもあり、式典で感謝状を受けられる呉みどりヶ丘病院院長長尾院長御一行とも空港でバッタリ。期待膨らむ沖縄へと旅立った。昼過ぎに那覇空港到着。今回の観光は、欲ばらず「ひめゆり会館」「首里城」の二カ所に絞って実施。ガイドの説明を聞きながら、あらためて戦争の悲惨さ、平和の尊さを痛感させられた。予想通り、沖縄は広島より十度くらい暖かく、ヤシの葉を揺らして吹く風を心地良く感じるほどだった。

宿泊是那覇市内の繁華街、国際通りに面したホテル。目を見張るほどの豪華な食事の後は、国際市



感動した感謝状贈呈

はじめに、全断連に多大な功績のあった方々に中田理事長より、感謝状贈呈が行なわれた。呉みどりヶ丘病院院長・長尾澄雄先生の名前が呼ばれた。中田理事長が謝状を手渡した直後、院長先生が



『めんそーれ沖縄』

手をさし出された。予想していなかったシーンであった。一瞬戸惑った中田理事長の感激の顔が大型スクリーンにアップで映った。

いわば「恩師と教え子」のようなお二人の感動的な瞬間であった。体験発表は、中国ブロック代表で、ふたば会の浜本友恵（家）さんが行なった。辛かった飲酒時代、そして、やつと掴んだ断酒幸福の日々。そんな今年一月、長男を亡くすという不幸に見舞われ、その

悲しみから、いまだ立ち直れない苦悩を涙ながらに切々と…。記念講演は北仁会石橋病院の白坂先生の「断酒会と私の回復について」のテーマ」というお話をいただいた。また、恒例となった各県代表によるプラカード入場。広島

代表は当会の曾根敏浩さんが、堂々の入場。我々は一勢にカメラのシャッターを切った。

翌月曜日、「ゆいレール」に乗って空港へ。ここでまたぶらぶらシヨッピング。「沖縄に来て、沖縄そばを喰わにゃあ話にならん」と意見が一致。全員がレストランで名残りの「沖縄そば」の味を堪能した。

「来年は釧路か…どうする?」「飛行機は直通はなしか…。」「今



首里城にて

年くらい希望者がおりやあいいけどなア…。」などと、我々の気持ちちは早くも沖縄から釧路へと向かって動きはじめた。沖縄県連の皆様、最高の大会を最高に感動、感激をありがとうございました。

【中国ブロック活動宣言】

一、回復から新生へ、断酒会の原点に戻る。酒をやめる会から、次のステップへ!!。

二、回復から新生へ、自分自身を育ててなおす。『第二の否認』への取り組みと克服!!。

三、回復から新生へ、社会との関係をつくりなおす。他を思いはかる関係づくりへ!!。

(平成25年10月13日 第23回中国ブロック断酒セミナーにて採択された)

寄付者御芳名

- 呉みどりヶ丘病院 院長 長尾澄雄様 六〇、〇〇〇円
 - 呉 渡部 憲様 二〇、〇〇〇円
 - 呉 中本芳夫様 六、三二八円
 - 呉 住村博士様 五、〇〇〇円
 - 呉 渡辺圭次様 四七五円
- (八月〜十一月度) 三、〇四九円 感謝箱

新入会員紹介

- 安芸郡熊野町川角三ー三ー二〇 胤森 孝穂
- 呉市幸町三ー一〇ー一ー三〇三三 福原 昇

●呉市阿賀北二ー一五ー三四 第二大谷荘 小川 哲一

●呉市音戸町坪井一ー二ー二〇 岡本 英範

●呉市阿賀北一ー一五ー三四 第二大谷荘 赤木 博文

●呉市阿賀北二ー一七ー一五 第一大谷荘 柴田 頼宏

●東広島市下黒瀬町切田ヶ丘一ー二四ー一七 小林 尚喜

断酒継続おめでとう

- ☆一年 中本 芳夫 9月5日
- ☆〃 住村 博士 9月19日
- ☆〃 林 健太郎 10月6日
- ☆〃 矢野 一成 10月20日
- ☆二年 吉川 幸江 8月20日
- ☆三年 前田 敏美 10月9日
- ☆〃 伊藤 康浩 10月30日
- ☆〃 岩本 秀寛 11月6日
- ☆四年 鍋山 秀一 8月1日

行事予定

- 1月25〜26日 第37回愛媛県ワンナイト セミナー (愛媛県生涯学習センター)
- 2月8日 呉みどり断酒会

○4月6日 創立47周年記念例会 (呉みどりヶ丘病院)

第49回中国断酒ブロック (広島)大会

平成25年8~9月度例会動員数

行事名	回	正会員	家族会員	賛助会員	他会員	院内会員	77-セブ	合計
土曜例会	9	277	110	48	181	643	187	1,446
水曜例会	8	234	98		2			334
家族の集い	2		14					14
ブロック例会	2	19	11					30
療養生との懇談会	2	2						2
特別院内断酒例会	2	45	14					59
新会員を囲んで	2	20	12					32
第48回中国断酒ブロック(愛媛)大会	1	22	13					35
第43回山陰断酒学校	1	10	2					12
第43回広島県連江田島研修会	1	20	4					24
第2回リカバリー・パレード	1	4	1					5
県連理事会	1	5						5
呉みどり断酒会役員会	2	14						14
合計		672	279	48	183	643	187	2,012

平成25年10~11月度例会動員数

行事名	回	正会員	家族会員	賛助会員	他会員	院内会員	77-セブ	合計
土曜例会	9	302	110	42	132	657	212	1,455
水曜例会	9	279	109		2			390
家族の集い	2		15					15
ブロック例会	2	18	11					29
療養生との懇談会	2	2						2
特別院内断酒例会	1	21	7					28
新会員を囲んで	2	19	13					32
第23回中国ブロック断酒セミナー	1	7	3					10
呉みどりヶ丘病院創立43周年記念病院	1	32	12					44
第2回中国ブロックアメシストの集い	1	1	1					2
「飲酒運転追放」街頭キャンペーン	1	14	8					22
第17回ふくやま一泊研修会	1	12	3					15
第50回全国(沖縄)大会	1	10	6					16
県連理事会	2	9						9
呉みどり断酒会役員会	2	13						13
合計		739	298	42	134	657	212	2,082

○4月20日 第49回四国断酒ブロック (高知)大会

(高知県立高知県民文化ホール)

公益社団法人 全日本断酒連盟

第四十九回

中国断酒ブロック(広島)大会

日時 平成二十六年四月六日(日)

場所 上野学園ホール

(旧郵便貯金会館)