

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



新装になった呉市役所《右端は旧庁舎》



「どん底でこそ、笑え…」

理事 片山 久人

喜びも、悲しみも、嫌なことも逃げるように酒を飲む日々。仕事から帰ると、まずは酒。当然、酒は母が家の何処かに隠しています。家中を狂ったように探す私。どうしても見付けられず、直ぐに近くのコンビニに駆け込んで、焼酎の紙パックを手に家に帰り、自分の部屋で飲んでました。只々、酔い潰れただけの酒でした。

平成20年、大量飲酒が災いして近所の病院に入院した時の事です。入院2日目、寝ている時に背中が波打つ幻覚をおこし、大騒ぎをしてしまいました。入院10日目で酒が飲めないからと、自主退院…。自由に飲める解放感…。健康より酒を取った私は、思う存分飲んだ結果、今度は幻聴が聞こえはじめ、暴漢の脅迫に追い詰められて殺されると思ったり、天井から誰かに見られてる気がして天井裏を確認しに行く…。という異常行動をしたこともありました。幻聴に悩まされ続けて3日間一睡も出来ず、みどりヶ丘病院へ入院となりました。療養中も幻聴に悩まされ、夜中にベットから落ちて怪我をしたこ

ともありました。一度目の退院後、渋谷水曜例会に出席させて頂いたのですが、馬鹿にして帰りました。二度目の入会も例会出席の足取りは重く、仕方なく通っていた例会でしたが、二年目が過ぎた頃、例会の帰りに或る先輩から『失敗しても悲観するな。成功への糧とせよ。』『どん底でこそ、笑え…。どん底で笑える人こそ、どん底にある人を励ますことが出来る』と書かれたメモを渡されました。メモを頂いてから、過去にどれだけの人に迷惑を掛けていたかを反省するようになり、少しずつですが、例会出席の大切さが分かり、例会への足取りも軽くなりました。お陰様で酒の無い生活なんか考えられなかった私が今日まで断酒継続が出来ております。また、今では故長尾澄雄先生の前でみどり会の例会・行事等の司会・進行を何度かさせて頂いたことが、私にとって断酒の励みになっております。今迄、多くの人達に迷惑を掛けて来たことを思うと、これからも生涯断酒で断酒会の皆様の和の中で、真直ぐに歩んでまいります。

創立四十九周年記念例会

今年も呉みどり断酒会創立四十九周年記念例会が2月6日、我々会員の原点、呉みどりヶ丘病院に於いて、長尾早江子新院長先生・小河弘幸・長尾正久先生をはじめ、お世話になった職員の方達、多くの朋友・療養生の方達に参加して頂いて、盛大に行われた。

今年も、断酒継続表彰者が例年になく多く、二十二名に及んだ。



長尾早江子院長先生

亦、長尾早江子院長先生の記念講話ではオーダーメイド医療についての演題で精神科的療法では、断酒の目的も達成も個人々々の持



『やろう…!! やろう…!!』

患者自身の考えの変転を思い返し、立直る努力をすること。患者自身がより良く生きる術を考え、追及し、目的に向う心、諦めない心を保持することが大切と結ばれた。最後に吉村広島県連事務局長の音頭で万歳三唱を行い散会したが、会員・家族一同は来年2月5日開催の呉みどり断酒会創立五十周年記念大会を成功裏に収めようと気持ちも新たにされた様子だった。

体験発表



高畑 孝俊 (家族)

呉みどり断酒会、創立四十九周年おめでとうございます。私は家族の高畑孝俊です。七十七歳です。息子は市内の高校卒業後、愛知県岡崎市の石材技能養成校に進学しました。親方の家の寮に住込みでした。昼間は作業を手伝い、月・水・金の夜間6時より8時までの定時制でした。年に全国の石屋の子弟が35人位入校しています。二年間学業につき、二年間は実技で合格して帰ってまいりました。三年程で手伝いの人と共に野外仕事もこなせるようになりました。結婚をし、三年目に子宝に恵まれ、長男が生まれました。三年後に妹が生まれ、その間「赤ちゃんに悪いから」と禁煙をしました。帰郷以来、青年団・消防団・商工会と活躍していましたが、どこかの会でも終りに飲み物が出るのが

慣例でしたので事故を起こさねばと願っていました。男の厄年と言われる四十二歳。地区では、お盆十五日の盆踊りの最中に厄除けのお神酒とお酒を供え、皆でお祓いを受け、お酒や飲み物を振る舞う習慣があり、同年代の者が揃いのハッピー姿で賑やかに盆が終りましたが、次は秋の祭礼。祭礼のお神輿の担ぎ手十余名が必ず、近隣はおろか呉や広島の人に頼み込み、何とか揃えて総代さんに届け、祭りも盛大に終わりました。その頃から、息子の酒癖が悪くなり始めたように思います。暴言をはくようになり、妻に嫁さんが『D・Vになりそうだ』と告げたそうです。妻はDVの意味が分らず、私は家庭内暴力だと教ええました。或る日、孫達が来て『パパがママを怒り、叩いた』とか『蹴った』とか話したので二人で家に行きました。嫁は夕食の支度をしていましたが、息子はこたつに寝転がり、こたつの上にはグラスが空いてました。話合おうとしましたが、息子は話にのりませんでした。彼女はインターネットで調べていて『薬を飲んだら治る』とか『断酒会がある』とか話し、

『主人のように周りまわりが酒に囲まれて
いる人はすぐに飲むようになり、
もつと暴力が激しくなる。』と
話してくれました。そんな話を傍
で聞いてた孫の兄の方が『僕はこ
こでパパと一緒に暮らしたい』と
叫びました。皆が泣き出しました。
私も無念で泣きながら『すまんの
オ。子はかすがいという言葉も
あり、もう少し辛抱してくれんか
のオ。』と頼み、妻も『もう少し
堪えて欲しい。』と頼み、孫達に
『パパとママを頼むぞ』と言って、
その夜は帰りました。次の朝には、
孫達の姿も車もありませんでした。
家に入ると一升瓶が転がり、息子
に聞いても知らないとの返事。夕
方になれば帰つて来るだろうと待
っていました。明かりは点きま
せんでした。

二日目の夕方、嫁と嫁の兄の二
人で来られ『離婚させて欲しい。』
他人や仲人さんを入れると、一切
話合には乗らない。』と、強く
申されました。私も『申し訳あり
ません。この話は、屋外に漏れて
ないので穩便にもとにおさめて欲
しい。もう少し、二人で話す時間
を下さい。』とお願ひするしかあ
りませんでした。『そんな話ではな

い。離婚してもらう。』とさせる。
自分の間、妹と子供達の面倒は自
分がみる。』と言って帰られまし
た。翌朝、妻が野菜を取りに外に
出た処、息子の家の前に車が来て
いるので行つてみると『子供の勉
強道具を取りに来た。』とのこと。
それから三日程経ち、彼女(嫁)
から『会社の経理の書類を税理士
に出すのが終つてないので整理に
行かせて欲しい』と連絡があつた
ので、快く返事をしました。しか
し、彼女は毎日来るのではなく、



二日程おいて家に来て直ぐに帰り、
事務所に入ると閉め切つたため、話
すことが出来ませんでした。三、
四回来てくれましたが、十日後位
に『書類が出来ましたので税理士

さんに出しておきました。残りの
書類は、書棚に整理してあります。
確認して納めて下さい。』と連絡
がありました。その間、息子は姿
をみせませんでした。嫁の兄から
『何時、行かせてもらつたら良い
か』との電話。私は『もう少し、
待つてくれ』とお願ひしました。
十二月になり『今夜行かせてもら
うから家に居て下さい』との電話。

夕方に来られ、テーブルの上に出
された用紙には彼女の名前と印
鑑が押されていました。『割れた
皿も縁事えんじによつてはつく。』と言
う諺を出してお願ひしましたが聞
き入れられず、息子も『許して下
さい。』とお願ひしましたが駄目
でした。名前は書いたが印鑑を押
すのを躊躇ためらっていたが、促されて
押しました。用紙には大粒の涙が
落ちてました。『貴方も若いんだ
から早く元氣になり、頑張つて下
さい。』と言われた。この言葉を
二人の前で『頑張れ。』と言つて
下さつたら、こんな事にならずに
済んだのではと思うと残念だつた。
寂しい正月だつた。病院に行く
ように言つても行かず、上着の下
に一升瓶びんを隠して持ち帰るのを何
度も見た。だが、立ちほだかつて

『やめろ。』と言うことが出来な
かった。『喧しい』と言つて突き
飛ばされて大怪我をするのが恐か
つたからだ。息子の目が普段より
厳きびしく感じて見えるようになった。
四月になり『仕事をする』と言
うので立ち直つてくれたかと思つた。
仕事は、古いブロック塀へいを壊して
石造りの玉垣にする工事でした。

色々な業者に仕事を頼み、完成間
近になり、施主から『連休に法事
をする』と言われたのに『頭が
痛い』と言つて出なくなり、仕方
なく息子が残した仕事を私が業者
を手伝つて完成しました。完成後、
近くの杉の木の下に積み上げられ
たゴミ袋やセメント袋を片付けて
いてびっくりしました。袋の中は
ビールや耐ハイの空き缶の山でし
た。お酒を飲みながら仕事をして
いたのです。又、元の姿にかえり、
虚しい日々が続きました。その間、
当みどりヶ丘病院にも伺いました。
『本人が来ない、連れて来れない
では診察が出来ません。本人が気
付くまで待ちましょう。ゴミが溜
まっても、空き缶が溜まっても、
自分が片付けるまで待ちましょう。
町の保健師さんに相談しなさい』
と言われ、保健所にも相談に行き、

保健師さんも二〜三回来て下さったが、様子を聞くだけで帰られた。五月十七日の昼に救急車が来た。遠くに止まったので息子宅ではないと思ひ畑に出た。四時頃、妻から『弟が危篤だ。』と連絡があり、病院に行くか帰らぬ人になつていました。急死なので一度家に連れ帰ることになり、息子に叔父さんが亡くなったことを伝え、手伝うように言いました。来ませんでした。仮通夜を済ませ、息子宅に寄ると、兄のように慕つてた人が死んだと泣いてました。葬儀場の通夜にも出ませんでした。親戚には『旅行に行つて』と言つてました。通夜の帰りに寄つてみると、何もしてませんでした。明日の予定を伝え、家に帰つて休みました。夜中の三時頃『親父、助けてくれ』と電話があり、駆け付けますと下着姿で苦しんでいました。消防署に連絡を取り、労災病院に搬送されて救命医療のおかげで一命は取り止め『安静にするように』と言われたので息子の世話を姉妹に頼み、私達は義弟の葬儀に出席しました。その間、病院では大変なことが起きていました。

それは、病院から『酔っ払いは

救急医療が終り、安定したら帰つて欲しい』と強く申され、以前から家族で話合つていた呉みどりヶ丘病院を名指して頼み、受け入れてもらったとのメールでした。メールの内容に一安心して火葬場の休憩室で休んでいた処『兄が心肺停止になり労災病院に行く。すぐに来てくれ』とメールが入り、駆け付けました。部屋に入り、愕然としました。酸素吸入、天井からは何本ものチューブが下がり、



いつも3人で例会出席

身体中に繋がれていました。私の目の前が真っ暗になり、娘達に支えられて控室に座りましたが、お茶を飲み、我に返りましたが、頭は走馬灯のように廻っていました。義弟が二日前に同じ部屋の同じベ

ットで亡くなり、息子も同じベットで…。涙が止まりませんでした。妻も『お父さん』と言つたきりうつむぎ、肩が震えていました。時が過ぎ、娘達から息子が救急車でみどりヶ丘病院に搬送してもらつたこと。廊下で『ここで良いですよ。』と言われ、鋼鉄の扉が閉まつた時の音。心肺停止になり、AEDを使ったこと。救急車には女性の先生が付き添つて下さったこと等の連絡を受けました。私は何を聞いても判ずることが出来ませんでした。夕方になり『もう、大丈夫ですよ。しかし、尿の出が悪い』と言われました。尿は二日経つても、三日経つても少量しか出ず、尿の出が悪いとじん臓やすい臓に負担が増えるとのことでした。足の腫れは太ももまで上がつて来ていました。妻と二人で『孫達に言わなくて良いか』と話し合い、携帯で写真を送ることにしました。

家に帰り、携帯が繋がることを祈りながら送信しました。五度、六度と繋がらなかつたが、繋がり写真を送つた。電話で現状を話すと『一番のフェリーで皆で行く』と言つて来てくれました。孫達も

現状に驚き、目を見張つていた。『パパ、パパ』と二人が何度も呼んだが、ピクリとも動きませんでした。『今は注射や器具をつけているので、注射で眠っている。』と教えました。控室に帰ると孫達は彼女や妻にすがり、声をあげて泣き出しました。私達は目を瞑り、肩を抱き、耐えるしかありませんでした。孫達は泣き止むと『パパは死ぬん、どうなるん？』と聞くので『きつと、元気になるよ』と答えたが、不安でした。暫く皆で話しをしたが、気分を変える為、孫達を連れて買い物と食事に出掛けた。彼女はフェリーが四時だから、三時に労災病院で会うことにして別れた。買い物と食事を済ませて病院に帰ると、彼女は先に帰つてきており、息子を見舞つてくれてたようだったが、孫達の姿を見ると、すぐに控室に入った。

四人で病室に入り、息子を見ましたが、足元のタオルを持ち上げて足を見せると、恐々さわり、撫でていました。タオルを戻し、控室に帰ると、彼女が『すみません。お願いします。』と言つてくれました。その後、『時間よ』と言つて、車に向かって歩き出し、

皆も続いた。部屋を出る時、兄が『パパを元気にしてよ。また来るから…』と言ひ『ん…』と答えた。『きつとよ…』と妹も言つたが、皆の目には涙がありました。それから三日程経ちましたが、じん臓の回復は進みませんでした。

後日、妹が世話に来ていた時に、先生から呼び出しがあり『現状では回復は難しいです。命を取り止めることが出来ても、一生よだれを垂れたり、知能はおろか、生涯人工透析をしなければならぬでしょう。薬を変えますか…』と言われしました。妹がすかさず『兄を助けて下さい。』と言ひました。私達も頷きました。『救急病棟では二週間で転院して頂くことになつてます。明後日の土曜日です。』『共済病院にじん臓の専門医がおられます。』と話され、共済病院への転院をお願いしました。転院日の土曜日に病院に行くと、共済病院の都合で月曜日になつたことを言われました。日曜日には、尿もよく出るようになり、足を撫でると、少し柔らかみを感じ、足が少し動いた。翌日、共済病院に転院しました。

足も動かせるようになり、共済病院の先生が言われるには『うちで良くなったのではありません。労災病院の先生方が一生懸命に努力された結果が、今出ているのですよ。』と話されました。四ヶ月のボトルほどもあつた足も段々と引き縮まつて来て、物にすがりながらも立つことが出来るようになりました。つたい歩きが出来るようになり、日増しに回復して行きました。『若いからだろう』と先生は言つておられました。リハビリを一ヶ月くらい続け、退院となり、七月一日、退院と同時に呉みどりヶ丘病院に入院しました。

酒害の怖さは自分自身が経験し、感じてゐることは思いますが、当院では酒害の怖さ、断酒の必要性、断酒の方法等の学習会に参加し、体力アップを図りながら五ヶ月半の長期入院でした。十二月十三日、前院長先生に面会し、職業を聞かれ『墓石屋です。』と答えました。長いのかと聞かれ『八十四年です。』と答えました。先生は『人に拜んでもらう立派な仕事じゃないか。二度と病室に入ることがないよう頑張れよ…』と励まして下さいました。また、先生は息

子の目をみながら『君は二ヶ月の内に白い花が咲いている処とか、広い河原の淵を三度も見て来ているのだから分ると思うが、一日断酒を続け、断酒会を離れるな、忘れるな…』と諭すような口調で教えて下さいました。

私の息子は、救急隊員の方達、労災病院、共済病院、みどりヶ丘病院の先生方をはじめ、各病院の看護職員の皆さんの連携プレイで命を救われたと思つております。有り難うございました。皆さんの心労に報いるためにも、一日断酒・例会出席をまもり、一日でも早く回復し、孫達一家四人が一つ屋根の下で笑顔で暮らせる日が来るのを願つて、三人で頑張ろうと思つております。息子も退院して一年が過ぎました。この一年、仕事の納期を焦る私をなだめ、むずがる息子を嫌せて『まだよ、まだよ』と二人の顔を覗いながら、最低の仕事しか出来なかつたけど、例会出席を諦めず、時間を作つてくれた妻の心労はいかばかりだったでしょう。一日断酒、例会出席が続いているのも妻のお陰です。

お母さん、有り難う。
御清聴、有り難うございました。



嵐森 孝穂
(本人)

皆さん、こんばんは。いつもお世話になっております。呉みどり断酒会の嵐森孝穂です。呉みどり断酒会創立49周年と言う良き日に体験発表の機会を与えて頂き、誠にありがとうございます。

私は、20代の頃は同僚とワイワイと適度に騒ぐ程度の楽しい酒を飲んでいました。しかし、30代になつた頃、仕事のストレスから自宅で大量飲酒をするようになりました。30代後半には、人とコミュニケーションがうまく取れなくなつて、会社に行けなくなりました。この時、心療内科にかかつて鬱病とアルコール依存症の診断を受け、鬱病の診断書を書いてもらつて、長期休暇に入りました。この時、私は鬱病に関しては非常にショックでしたが、アルコール依存症に関してはあまり重くとらえておらず、鬱病が治れば依存症も治ると考え、依存症について完全に甘く考えていました。休暇に入つて一ヶ月位は断酒してましたが、社会

復帰のことを考えると不安になり、再飲酒しました。それが、私の隠れ酒の始まりでした。

妻のいない昼間に酒を買い込んで、夜はそれを飲む生活になっていました。夜に酒が足りなくなつて散歩に行くと言つて、コンビニに酒を買いに行つたり、妻が眠りについた後に買いに行つたりしていました。妻が洗濯物を干している間にコンビニまで全力疾走で買いに行つたこともあります。このような状態だったので、抗鬱剤を飲んでも効く訳が無く、心の不安は増すばかりでした。そんな生活を続けている内に会社の休職期限の2年が経過して、私は鬱病もアルコール依存症も治らないまま6年ほど前、仕方なく会社に復帰しました。その後の3年間位が私にとって一番苦しい時期でした。

買って飲んで、会社のロッカーには酒を置いて社内飲んだりするようになっていました。酒がなくなつたら、会社を抜け出して酒を買いに行くことすらありました。



会社ではろくに仕事もせず、早く帰つて酒を飲むことだけを考えていました。社内では孤立し、一日中誰とも話さない日がほとんどでした。そうした或る日、社内ですつ払つてフラフラしてるところを会社の人に見つかり《アルコール依存症を治すまで出社しないように：》と言われ、当病院を受診し、即日入院となりました。平成25年4月のことです。

私は入院してホツとしたのを覚えていません。多くの入院患者の方

は《早く退院したい：》と言われていましたが、私は逆に会社に行かなくても良いので、不謹慎ながらのんびり過ごせると喜んでいました。病院のアルコール教育等のカリキュラムや前病院長・故長尾澄雄先生、主治医の現院長・長尾早江子先生のご指導は真面目に受けてはいましたが、自分の人生を振り返るとか、今後のことを考えたりはせずにただ毎日をのんびりと過ごしていました。

それが、入院して3ヶ月がたった頃、自分でも不思議なのですが、急に過去を振り返つて《今まで、自分は何をやつていたんだ、このままではいけない：。酒を止めて人生をやり直さねば：》という気持ちになりました。過去に対する後悔の念がわき、これまで迷惑を掛けてきた人達。とりわけ、妻に對しては、申し訳ない気持ちになりました。入院中、自分自身は何の気なしに過ごしていたつもりでしたが、3ヶ月してこんな気持ちになり、あゝ当院の教育や先生のご指導は意味があったのだと思うと同時に、この時の気持ちを初心として、忘れてはならないと思えました。この時から、断酒のため

なら出来ることをやろうと考え、断酒会にも興味を持ち始めました。

そんな頃、院内のオーブンミーツィングにみどりの会の渡部会長がいらつしやつて、自宅が近いということから、みどりに会に誘つて頂きました。これがすごく嬉しくて、退院したら入会させてもらおうと決心しました。その後、平成25年9月6日に当院を退院しました。入院中、前院長先生からは世間に必要とされる人間になることの大切さを学びました。また、現院長先生には、退院後の断酒の仕方、生き方を親身に教えて頂きました。退院と同時に呉みどり断酒会に夫婦共々入会させて頂きました。その後、会社にも復帰し、まだ2年半ではありますが、再飲酒することもなく普通の生活を送ることが出来ております。断酒の仕方を教えて下さつた当院と断酒会の皆様のお陰だと日々感謝しております。当院には、現在も月一で通院し、院長先生の熱心なご診察を頂き、元気を頂いております。断酒会では例会出席を基本に、研修会等に参加させて頂き、先輩方に着いて真剣に、そして明るく断酒継続に向き合っています。

- ☆七年表彰 廣野 幸則
- ☆十年表彰 中島 和明
- ☆三十五年表彰 佐伯 忠
- ☆三十五年表彰 藤田 数夫
- ☆ 宗政 貢
- ☆ 川西 國昭

寄付者御芳名

- (十二月)
- 呉 田中正直様 一〇、〇〇〇円
- (二月)
- 呉 中本芳夫様 六、五〇五円
- (二月)
- 呉 宗政 貢様 一〇、〇〇〇円

新入会員紹介

- 呉市焼山東三二一山四 日浦 義夫
- 呉市上長迫町六一八 雨森 真澄

断酒継続おめでとう

- ☆一年 高畑 俊英 12月13日
- ☆二年 中渡瀬陽一 12月15日
- ☆四年 山内 鉄平 1月18日
- ☆ 島本 辰馬 2月1日

行事予定

○4月3日 第51回四国断酒ブロック (高松)大会

○4月24日 (サンポートホール・高松) 第51回中国断酒ブロック (総社)大会

併 岡山県断酒新生会 創立50周年記念大会 (総社市民会館)

○5月7〜9日 第72回松村断酒学校 (本山町プラチナセンター)

○6月4日〜5日 第22回山口県断酒セミナー (山口県セミナーパーク)

○6月12日 第46回広島県(安芸(高田市)断酒大会 (安芸高田市民文化センター 『クリスタルアージュ』)

○6月25日〜26日 全断連評議員会& 全断連第6回定時社員総会 (晴海グランドホテル)

○7月16〜17日 第15回鳥取県断酒会 (泊研修会)

○8月26日〜28日 (鳥取県『ホテル 大山』)

第46回山陰断酒学校 (松江市玉湯公民館)

〔平成二十八年年度 役員〕

- 常任相談役 田中 正直
- 会長 渡部 憲
- 副会長兼事務局長 曾根 敏浩
- 副会長兼編集 石橋 剛
- 常任理事(行事) 佐伯 忠
- 常任理事 廣野 幸則
- 常任理事(会計) 鍋山 秀一
- 理事 片山 久人
- 理事 福永 里美
- 理事 山内 鉄平
- 理事 高井 行雄
- 理事 住村 博士

役員一同、気持ち新たに頑張ります。宜しくお願い致します。

平成27年12月～平成28年2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	77-79-1	合計
土曜例会	11	440	158	64	89	909	241	1,901
水曜例会	12	361	161		8	112		642
家族の集い	3		20					20
ブロック例会	2	20	9					29
新会員を囲んで	2	18	10					28
院内懇談会	3	3						3
特別院内断酒例会	2	40	12					52
呉みどり断酒会第49回酒なし忘年感謝会	1	38	19	6	4			67
呉みどりが丘病院第46回酒なし忘年感謝会	1	29	7					36
平成28年度新年合同初例会	1	35	14	16	10	82	41	198
全断連東京セミナー	1	2						2
第39回愛媛県ワンナイトセミナー	1	12	3					15
呉みどり断酒会創立49周年記念例会	1	34	17	14	16	77	17	175
県連理事会	3	15						15
呉みどり断酒会役員会	3	30						30
合計		1,077	430	100	127	1,180	299	3,213

公益社団法人 全日本断酒連盟

呉みどり断酒会

創立五十周年記念大会

日時 平成二十九年二月五日(日)

会場 呉市文化ホール

テーマ 《初心》