



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

本年も宜しくお願ひ申し上げます

皆さん、明けましておめでとう
ございます。



『会と私の半世紀』

会長 渡部 憲

当会は、本年2月5日(日)、
呉市文化ホールに於いて、創立50
周年記念大会を開催することにな
りました。ここまで支えていただ
いた行政、医療、朋友会員の皆様
に心より感謝を申し上げます。

当会発会の昭和42年2月、その
一ヶ月前、呉市民会館で挙行され
た成人式。島根県の奥出雲町とい
う過疎の村で、たった18人の同級
生として育った私と妻は、そこで
偶然にもバツタリと再会したので
す。海上自衛隊のセーラー姿の私
看護学校の制服を着た妻。式場の
外に出た所で、「憲さん!!」と、
うしろから名前を呼ぶ女性。《誰
じゃろう...?。こんなところで...》
振り返って、妻は言う。「故郷を
離れて、誰も友達もいなく、淋し
かった。あんたの姿を発見して、
何か嬉しくて思わず名前を呼んで
いた」と。あそこで、もし声を掛
けていなかったら、こんな苦労続

きの人生を送らなくても...と、今
頃は笑いながら言う妻。

酒、ギャンブル、借金まみれの
地獄に妻を道連れにして苦しんで
いた昭和58年、36才になっていた
私達は、この『呉みどり断酒会』
に飛び込み、奇跡的にも助けてい
ただく事ができた。

酒を止めないのなら懲戒免職と
決断を迫られ、やむ無く「止めま
す」と。全く自信がないまゝ...。
罰は『停職一週間』の厳罰であつ
た。《一生涯なんて、無理じゃ...》
途方に暮れていた停職中に、妻
が言った。「お父さん、断酒会
というのがあるらしいけん、一度
行ってみん? 見るだけでもいい
から」と。58年11月23日、私の断
酒がスタートした記念日です。

今年、「古希」を迎えた2人。
お陰で元気で例会通いができてい
る。みどり会が50周年を迎えるに
あたり、会と私達の半世紀を振り
返り、あらためて断酒会があつて
良かったとつくづく思う。

呉みどりヶ丘病院 創立46周年記念特院体験発表



原本 正文
(本人)

呉みどりヶ丘病院、創立46周年

おめでとございます。私は、呉みどり断酒会の原本正文と申します。この良き日に体験発表の機会を与えて頂き、有り難うございます。

私の父はお酒が大好きで、自営業であったため、仕事の途中に家に帰ってきてコップ酒をおおっていましたし、晩酌も毎日飲んでいました。そして、私に『正文、ちよつと飲んでみるか?』とよく言っていました。母は『止めんさいや!』と反対していました。私は興味本位でちよつと舐めてみましたので、嫌いではなかったのだろうと思います。毎日もらう小遣いでは、貸本屋のマンガを借りたり、味醂粕あじわんかすを買って食べるのが大好きでした。これは、明らかに酒好きを受け継いだ証拠だと思います。



初めての飲酒はというと、高校二年生の時に幼馴染み三人でアルバイトをして、初めて給料を貰った時に『これを何に使おうか!!』という話になりました。『人生初の給料じゃから祝杯を挙げて!!』といけんのじゃあないか!!』ということでウイスキーを一本買いました。その友人の一人の部屋が自宅とは別の所でありましたので、そこで一晩で空にしてしまいました。案の定、三人とも前後不覚の状態かたで、次の日の昼頃まで起き上がることにさえ出来ませんでした。

また、高校で知り合って、その後長い付き合いとなった友人の自宅が喫茶店を経営していたため、お店にはビールやお酒が色々ストックして有りました。それを良いことに一緒に試験勉強するという名目で両親を説得して外泊をさせてもらって、二人で殆んど空にしてしまおうという無茶を遣ったことも有りました。

大学に入ってから、その頃は当然という雰囲気です。新入生歓迎コンパが開催され、改めて酒と煙草の洗礼を受け、生活の中心となっていきました。仕送りやバイトで得たお金で他校との合同ハイキングや合同コンパ三昧で、勉強は二の次という有様でした。下宿では、毎日一人で飲んでいました。お金かねが尽きると徒党を組んでお金の有りそうな友人の下宿に乗り込んで宴会が始まるという有様でした。専攻が水産ということも有って、先生方も殆んどの方がアル中で、自宅に招いて頂いて先生と学生と一緒に飲むということが度々ありました。

私は、三人兄弟の末っ子で長男という環境でしたので、就職してからすぐに結婚しました。そして、

子供を三人授かりましたので、生活の拠点は両親とは別棟で、毎日晩酌をしていました。そうすると時々父から『たまには、こつちに来いや!!』と言われて両親が生活していた母屋に行ってみると、一升瓶がドオ〜ンと据えてありました。『飲めや!』と言われるまま、嫌いではないので飲みながら『お前は、つまらん男じゃ!』と怒られながら、一緒に一升瓶を空けていました。

就職してからも歓送迎会や忘年会だけでなく、暑かったら納涼会、気候が良くなつてくればバーベキュー大会、『良い店が出来たらしいで!』と聞いたたら、すぐに出動です。何も無かつたら、仕事が終わる直前になって『暇なんか。ちよつと行こうか!』という感じで、結局、一週間に一回は飲み会があったような気がします。その飲み会も一次会だけで済むはずもなく、午前様も当たり前でした。それも、若ければこそ出来たことだと思えます。妻も世間の波に揉まれる前だったからこそ、黙って受け入れていたのではないのでしょうか?。そんな生活が当たり前となって何十年かが過ぎて行きました。身体

は徐々に蝕まれ、アルコール依存症という言葉を知らないまま、その道を進んで行きました。自分は、父みたくに昼間から飲んでいるわけではないし、毎日ちゃんと家に帰っています。それに、公園で寝ているわけではないのでアル中ではない。そう信じてアルコール依存症への道をまっしぐらに進んできたような気がします。

世の中には、自分以上に飲んでいる人がたくさん居るのに普通の生活を送っておられるのは何故なのでしょう。先ほどお話しした幼なじみもその一人です。いつも不思議に思っていますが、未だに納得出来ません。体質が違うのでしょうか。そうだとすると、何だか自分が損をしているような気がします。しかし、この病院で療養中の方や、通院していかれた方もたくさんいらつしやるので、どちらが一般的なのかよくわかりません。自分では、家族に暴言や暴力を振っているわけでもないのに、単なる大酒のみだと思っていました。しかし、幻覚、幻聴こそ経験していませんが、酔い潰れてその時のことを覚えていないとか、朝起きれず仕事を休んでしまうというこ

とが度々ありました。ということ、明らかに酒害であり、立派なアルコール依存症だったのでしょか？。さらに、飲酒運転は日常茶飯事となり、私の大好きな映画鑑賞の時は、何時も飲んでいる耐ハイが欠かせなくなりました。そして、とうとう、晩酌用を買った耐ハイを我慢できずに帰宅途中に運転しながら飲んでしまいました。その報いで警察に逮捕拘留され、家族が直ぐに駆けつけてくれましたが会うことも出来ず、どうすることも出来ませんでした。免許の取り消しでマスコミには公表され、止めは懲戒免職という処分を受け、自分の人生を自ら終わらせてしまいました。これまで、自分の遣つて来たことが、如何に重罪だったのかを思い知らされました。

後悔、先に立たず……！。馬鹿は死ななきゃ治らない……！。あらゆる自虐の針が心に突き刺さりました。償う方法はありませんでした。私の妻は、直ぐに黙つて私を当院に入院させました。そして、酒を断ち、アルコール依存症について多くのことを学びました。そして、八ヶ月後に退院してからは、第一ケアセンターに通所するかたわら、

呉みどり断酒会に入会し、水曜日の断酒例会、土曜日のみどりヶ丘病院である例会に出席して、会員の皆様のご意見をお聞きしたり、自分でも体験を発表したりしています。その中には、壮絶な体験や我が身につまされ他人事とは思えない発表が多くありました。驚いたり、共感したり、悲しくなったり、勉強になることばかりです。

また、近隣の県で行われる大会や研修会には、極力参加させて頂いております。日頃の例会等では絶対聞けないビックリするような体験談が出てきたり、主管団体独自のイベントがあつたりして楽しませて頂いています。毎年参加している江田島の研修会や各地域の大会も大好きで、そこで行われる先生方の講演も勉強になるのですけれども、一番楽しいのは、泊り掛けて参加する研修会の就寝前に一部屋に皆が集まってする四方山話です。日頃と違って素の皆さんが見れて、とても勉強になります。これからも、例会出席あつての一日断酒を忘れず、断酒継続に頑張つて参る所存でおります。また、時間の許す限り大会・研修会に参加していきたいと思つていきます。

第46回山陰断酒学校

残暑厳しい8月26～28日の三日間、山陰断酒学校が五百十名余りの全国各地断酒会の朋友が参加して開催された。当会も会員・家族の十三名が参加。



一年ぶりの明るくリニューアルされた玉湯町公民館に参加者達は、初めは少し戸惑い気味だったが、研修に入ると何時もの山陰断酒学校の緊張感が会場内に漂い、休憩時間にもなると、勝手知ったる……何とかで、会場の内外で交流の和が出来ていた。充実した三日間が終了し、次回の再会を約束しつつ、それぞれの帰路についた。

第46回 県連研修会

第46回広島県連研修会が今年も9月10～12日の3日間、国立江田島青少年交流の家に於て、医療・行政、会員・家族、入院中の療養生の186名が参加し開催された。当会からは、初参加者2名を含む会員・家族の25名が参加した。

研修会は、何時ものように研修の節目節目に行われる小河弘幸、西原一樹先生や長尾早江子院長先生により、精神・内科等の各分野からのアルコール依存症治療法の現況を話される講話の時間があり、改めて会員・家族の今後を考えることが出来、充実した研修の中で



『例会出席あつての一日断酒』、『断酒継続の大切さ』を再確認させて頂いた三日間でした。



第5回リカバリーパレード

『回復の祭典』 in 広島

台風の接近で悪天候の9月19日第5回リカバリーパレードが総勢215名が集い開催された。当会からも会員・家族の10名が参加。アルコール依存や薬物依存で悩み苦しんだ断酒会やダルクの会員が依存症は回復出来るんだということを広島市の繁華街を、パレードを通して市民に訴えた。

NPPO法人広島断酒ふたば会 創立五十周年記念大会

あいにくの空模様の中、9月25日、広島断酒ふたば会創立50周年記念大会が広島国際会議場・フェニックスホールに於て、全国各地からの朋友、医療・行政の方達、983名を招き開催された。当会からも会員・家族49名が参加した。大会は、新年2月5日に開催の呉みどり断酒会創立50周年記念大会が迫っているせいか、プログラムが終わるたびに話し合う会員・家族の姿。『みどりの会の創立記念大会は、ここまでは出来ないけど、精一杯のおもてなしの心で来て下さる方達をお迎えしないとねえ』と話し合う言葉が印象的だった。



呉みどりヶ丘病院 創立46周年記念 第543回特別院内断酒例会

秋風を感じ始めた10月16日、呉みどりヶ丘病院に於て、331名の会員・家族、病院職員、療養生の方達が参加し、創立46周年記念特院が開催された。体験発表者は



療養生2名、会員2名、家族2名。当会から原本正文さんが発表した。その後、小河弘幸先生のご所感、院長先生の記念講演で盛り上がり、何時までも長尾早江子院長のご活躍されることを祈念し、当院のご発展をお祈りして特院は終了した。

**第26回中国断酒ブロック
断酒セミナー（鳥取）**

すっかり秋らしくなり、木々の紅葉も目立ち始めた10月22～23日、鳥取市のホテル『ホテル大樹』に於いて、第26回中国ブロック断酒セミナーが155名の会員・家族が参加して開催された。当会からも初参加者2名を含む会員・家族11名が参加。また、今セミナー前日の21日の午後、鳥取県中部地方で大地震が発生。セミナー開催が危ぶまれたが、無事開催された。



昨年春に『アルコール健康障害対策基本法』に基づいた基本計画が策定されて一年が過ぎ、計画に沿った今後の断酒会活動の方向性

の検討・確認をする研修となった。研修は、会員はA・B・Cの三班と家族の四班に分かれ、各班のテーマ（A班・例会の位置づけ。B班・地域との連携。C班・断酒会の活性化。家族・家族を支えるには）に沿って、研修が行われ、左記の平成29年度活動宣言が満場一致で採択された。

【活動宣言】

本日、第26回中国ブロック断酒セミナー（鳥取）に於いて討論、学習した成果を活かして会員同士の調和と社会に役立つ断酒会人を目指し、以下の取り組みを活動宣言と致します。

- 一、私たちは、全断連の断酒理念に基づき、アクション・プランと『アルコール健康障害対策基本法』を受け、地域社会に調和、貢献することを誓います。
- 一、私たちは、未だに酒害に苦しむ人達やその家族に対し、あらゆる機会を捉え酒害啓発活動を実践することを誓います。
- 一、私たちは、行政、医療、その他関係機関と連携し、一人でも多くの酒害に悩む人達を救済すべく努力することを誓います。

平成28年10月23日

**第5回中国ブロック
「アメシストの集い」
一日研修会**

広島市街の街路樹も色づき始めた11月6日、広島市内にあるワーキピア広島に於いて、第5回中国ブロック「アメシストの集い」一日研修会が開催された。

当研修会も第5回を迎え、毎年恒例化の体で近畿・中・四国地方の医療関係者・アメシスト・家族・入院中の療養生・一般の78名の方達が参加して行われた。当会も初参加者1名を含めて4名が参加。研修テーマは「絆・パート5」。



研修は、午前と午後の参加者による体験発表の間に呉みどりヶ丘病院院長・長尾早江子先生による



講話を頂き、休憩時間には同じ境遇を体験した方達の和が出来、和やかな雰囲気の中で意見交換の場となり、笑い声が絶えなかった。

**「飲酒運転追放」
街頭キャンペーン**

11月12日、今年で7回目となる断酒宣言の日記念『飲酒運転追放』街頭キャンペーンのパンフレット（テッシュユ）配りを会員・家族21名が呉駅前周辺で行った。今回は、朝の通勤時間帯を重点に例年より一時間早く集合。今回も初参加の方がおられて、先輩達の手解きを受けながら懸命に配っておられた。2000組を配り終えた皆さんの顔は達成感で笑顔に溢れていた。



寄付者御芳名

- (八月度) 呉 宗政 貢様 五、〇〇〇円
- (九月度) 呉 胤森孝穂様 五、〇〇〇円
- 呉 住村博士様 五、〇〇〇円
- (十月度) 福山市断酒会 五、〇〇〇円
- (十一月度) 呉 渡部 憲様 一〇、〇〇〇円
- (十二月度) 呉みどりヶ丘病院 院長 長尾早江子様 六〇、〇〇〇円

新入会員紹介

●呉市阿賀北一―一五―四五
第二大谷荘 藤之原俊二

- 呉市広大新開一―二―十五
リーブル四〇五 河本二佐勇
- 呉市中央三―五―六一六―〇三
吉川 昌徳

断酒継続おめでとう

- ☆一年 見野 樹 11月28日
- ☆〃 和田 美雪 11月11日
- ☆二年 小林 尚喜 10月11日
- ☆三年 小川 哲一 9月21日
- ☆〃 胤森 孝穂 9月7日
- ☆四年 住村 博士 9月19日
- ☆〃 中本 芳夫 9月5日
- ☆〃 高井 行雄 7月28日

行事予定

○1月30～31日
第40回愛媛県フナイトセミナー
(愛媛県生涯学習センター)

○2月5日
呉みどり断酒会

創立50周年記念大会

○4月2日
(呉市文化ホール)

第52回中国断酒ブロック

(山口市市民会館) (山口)大会

公益社団法人 全日本断酒連盟

呉みどり断酒会

創立50周年記念大会

大会テーマ「初心」

日時 平成29年2月5日(日) 10時～15時30分
場所 呉市文化ホール

平成28年8～11月度例会動員数

行事名	回	正会員	家族会員	賛助会員	聴取会員	院内会員	77セクター	一般	合計
土曜例会	17	550	215	91	156	1,245	369		32,629
家族の集い	4	29			7			13	809
ブロック例会	4	36	16						52
新会員を囲んで	4	39	19						58
院内集談	4	4							4
特別院内断酒例会	3	67	18						85
第46回山陰断酒学校	1	10	3						13
第46回広島県連研修会	1	18	7						25
第5回リカバリーパレード	1	7	3						10
広島断酒ふたば会創立50周年記念大会	1	31	16						47
呉みどりヶ丘病院創立46周年記念特別	1	27	10						37
第26回中国ブロック断酒セミナー	1	8	3						11
第21回ふくやま一泊研修会	1	8	4						12
第3回断酒ブロック・アムステルダム研修会	1	4	1						5
断酒宣言の日全国キャンペーン	1	14	7						21
今治市断酒会市民フォーラム	1	7	4						11
県連理事會	3	20							20
呉みどり断酒会役員會	4	40							40
合計		1,462	572	91	163	1,245	369		16,398