

●今月の断酒表彰

A・T さん 吹田支部 断酒 38 年
I・S さん 吹田支部 断酒 11 年



2023 (令和 5) 年 2 月 1 日発行 No.240
編集・発行 事務局・広報部
<https://kz925.com/dansyu>

断酒表彰おめでとうございます。ますますのご活躍を期待いたします。

断酒に思う 133

吹田支部・Y S

お酒を飲み始めたのは、大学の陸上競技部での新入生歓迎会でした。陸上部の上下関係は厳しく、先輩から勧められるままに飲みました。

関西を離れて学校近くに下宿していた私は、ある夜酔って雪の降りしきる下宿の中庭で眠ってしまいました。下宿の大家さんが親元に連絡し両親に心配をかけたこともありましたが、学生時代には毎日飲むことはありませんでした。

社会人になり勤務先が梅田に近い中津だったので、仕事が終わると居酒屋がならぶ歓楽街を通過して大阪駅へ向かいます。先輩や同僚達と度々ハシゴをして飲み歩きました。自宅近くの最寄り駅前にも、行きつけの店を見つけて立ち寄るようにもなりました。夕食はツケで飲み屋で済ませ、代金は給料日に支払います。

酔っぱらって怪我也よくしました。帰り道かなり高いところから溝に落ちて足を骨折したり、自転車で電柱にぶつかり右顎を骨折して入院もしました。会社は入院したとき以外は出勤しましたが、今から思うと二日酔いで仕事がまともにできていたかどうかわかりません。

平成 24 年、姉が私の行動を心配して断酒会を見つけてくれました。父と当時西中島にあった新阿武山クリニックを訪ね、平野先生のお話を聴かせていただき、吹田市断酒会にもつながりました。

最初は、週一回の例会出席が苦痛でたまりませんでした。自分の過去の体験談を話すことができず、毎回



何を話せばいいのか苦しみでした。回を重ね先輩方の体験談を聴く中、自分と同じような体験談に共感し、次第に断酒会に馴染んでいきました。

5 年断酒の表彰をいただいた直後、父の死や諸々のことで精神的安定を欠き、同僚とお酒を飲んでしまいました。会長、奥様のご配慮で再び例会に出席できました。



今は断酒会のソフトボール交流会も楽しみです。断酒継続こそ自分も家族も幸せにつながると肝に銘じています。

私の断酒会入会に合わせて自らも入会し断酒を続けてくれた亡き父と、毎週家族として例会に出席してくれている母への感謝を忘れずに、一日断酒、例会出席でこれからもがんばります。

断酒会規範

六 断酒例会は体験談に終始する

〈前略〉

われわれが例会で発表する体験談はかなり幅広いものである。問題飲酒を始めた頃から断酒するまでの酒害体験、断酒してから今日までの様々な苦痛と飲みの断酒体験、そして、自らの酒害、断酒体験を通してつかんだものを基礎にした今後の自分の在り方。そうした流れの中の自分を語る事が原則通りの体験発表である。

しかし、一番の柱になるのは何といたっても酒害体験である。酒に振り回されて行った様々な人間らしさを欠いた行動、あるいは非人間的ともいえる行動。その行動のくり返しの中で進んだ自己破壊。挫折、絶望感の末にあった自己否定。そして、最後に待っていた自己喪失。

酒と酒害者の本質的な関係をきっちり示してくれるのは、酒害によって引き起こした非人間的行動であ

る。逆に考えると、そうした行動そのものが酒害である。当時のわれわれは、酒の命じるままにしか動けなかったからである。そうした酒害による自分の行動をしつこく掘り起こすことで、酒害の怖ろしさが見えてくる。

しかし、そうした酒害行動を話すだけでは充分ではない。もっと大切なことは、そうした行動の中での自分の心の動きを語ることである。そうでないと、酒で歪められた自分の本当の姿が見えてこない。

〈中略〉

例会では自分の体験のみが語られている。自分をひたすら語り続けることで、われわれは自分の物語を持つようになった。詳細で、洞察に充ち、他のどんな人が持っている物語より価値がある。自分を変える力を持っているからである。

それだけではなく、この原則さえ守られていると何の問題も起こらず、われわれは常に魅力に溢れた例会が持てる。人の体験談に注文をつけることは不可能であるので、例会の中で意見対立や感情対立はあり得ないのである。

〈後略〉

みんなの広場

しまなみ海道と道後温泉ツアー

吹田支部・O H



昨年の11月8日から1泊2日でしまなみ海道と道後温泉へ行ってきました。2日とも晴天に恵まれました。

1日目は道後温泉でしたが、道後温泉本館は改修工事中で入れずじまいでした。でも、おいしいものを食べるのも目的の一つだったので、宇和島名物鯛茶漬けとシラス丼をいただきました。

鯛の刺身を出汁で食べることはあまりないのですが、刺身と甘辛いたれと鯛で取った出汁は非常に美味しかったです。シラス丼も生シラスではなかったのですが、新鮮で塩味が効いたものでした。



しまなみ海道を自転車で渡る人も多かったです。高低差のある橋を元気にみなさん渡っていました。

美味しいものを食べ、温泉につかり、素晴らしい景色を見ることができる。断酒して味わえるものですね。

新年になり、今年も美味しいものを探します。



翌日はしまなみ海道を車で行ったのですが、この日も晴天で景色がパノラマのように映りさわやかで気持ちよかったです。

お知らせ

●例会場の変更のお知らせ

2月11日吹田支部例会は勤労者会館に変更

2月23日南千里支部はニュータウンプラザ8階千里市民センターに変更

昼例会は1月度より、勤労者会館に変更となっております。

●大阪市断すみれ会40周年記念例会

2月5日(日) 13:30~16:00

コミュニティプラザ平野

●会員家族の学習交流会

2月12日(日) 10:00~12:00

男女共同センター視聴覚室

●大阪アメシスター日研修会

2月12日(日) 10:30~15:30

ビッグ・アイ(堺市)

●北摂断酒連合会一日勉強会

3月5日(日) 13:00~16:00

島本町ふれあいセンター

——大会テーマ「生ききる」——

高槻市断酒会創立50周年記念大会

●2月23日(木・祝)

12:30~16:00

●高槻現代劇場中ホール

●講演 平野建二氏

新阿武山クリニック医師
全日本断酒連盟顧問、大阪府断酒会顧問

