

●今月の断酒表彰

○ T さん 吹田支部 断酒 30 年

断酒表彰おめでとうございます。  
益々のご活躍を期待いたします。

2025 (令和 7) 年 9 月 1 日発行 NO.271

編集・発行 事務局・広報部

<https://suitashi.fudanshu.com>

## 断酒に思う 158

高齢になると酒が止めにくなる

吹田支部・A・D

昨年末、診療所と済生会吹田病院で2回の検査を受けた。1度目は内視鏡検査。検査終了後、胃にいくら状の小さなぶつぶつがたくさんあると指摘された。その結果を受け、診療所で腹部 CT と診療所でエコー検査。結果は、新年明けてからとのことだった。父が亡くなってから3年間の寝酒、それからちよろちよろ飲みがはじまった。検査結果で肝臓癌の可能性におびえた。

今年の正月に大スリップ (再飲酒) をした。スリップしてから考えた。「私が死んだらどうなるのか？」そこで、妻に内緒で預金通帳を調べた。「私の死亡退職金と合わせると 2,000 万円問題は、解決する」「家のローンも葬式費用も保険で降りる」「厚生年金の遺族年金もはいる」と考えるとなんとかなるでしょうと酔った頭で考えた。そうしたら、ますます止まらなくなった。今年1月4日 (土) 新阿武山クリニックの通院の日、高槻駅で行くか行かないか 20 分程悩んだ末、診察を受けることにした。先生に正直に話し、当日酒臭いが断酒会にも行った。しかし、毎晩の酒は、止まりそうにない。1月6日 (月) 会社が終わってから診療所に行き結果を聞いた。初期の肝硬変で癌はないとのことだった。医師から「どうしますか？」・・・入院する病院を紹介するかの意味。迷わず、新阿武山病院に行



きますと答えた。妻に結果と今までのことを話し、新阿武山クリニックに行き入院手続きをする。会社にも事情を話す。実際入院時は、若干手が震えていた。44

日の入院。入院中は、ストレスとお酒の心配がないのはありがたかった。

会社へは自宅から駅まで 10 分電車に乗り降りた駅から 20 分。今年の夏は、6 月から一段と熱く、食欲不振になっていた。食べては戻すことを繰り返し、6 月末になんか茶色のものが出てきた。診療所で見せると、「こんな時は救急車を呼びなさい」医師から言われた。1 カ月後には、水分も食事もろくに取れなくなっていた。その日、眼医者予約が入っていたが、9 時頃、再び戻したときに、同じような色の液体が出てきた。救急車を呼び、その状態を見てもらい、済生会吹田病院で検査。内視鏡で手術。医師から「あと 30 分治療が遅れていたら、亡くなっていた」と聞いた。どうも、昨年末に調べたいくら状の小さなぶつぶつは、食道と胃の間に出来ている静脈瘤とのことだった。戻した時に切れて、4 カ所からちよろちよろ血液が漏れ胃液と混ざって茶色い液体になったと言われた。酒を止めて半年たってもまだ、あるのかと思った。

止め続けるだけじゃなく、食事や水分補給をしっかりと体調を整えて行かなければ、命の危険にさらされる。高齢になれば、再飲酒は命の危険にさらされるとつくづく実感した。もう、後はない。

退院してから、妻も娘も優しい。心配だからと食事に注意してもらい、パートもやめて専業主婦に戻ると言っている。「もう、裏切られない」と実感している。

### 断酒新生指針

四 お互いの人格の触れ合い、心の結びつきが断酒を可能にすることを認め、仲間たちとの信頼を深める

一人では酒をやめられないことを認めて断酒会に入会した。例会に出席して、過去の酒害体験を赤裸々に話した。現在持っている悩みも卒直に語った。これからの人間としての在り方についても話した。しかし、断酒生活を永續させるためには、それだけでは充分では

ない。

同じ悩みを持つ者同士がそれぞれの心を通わせ合い、お互いの人格が触れ合わなければ、いくら大勢の酒害者が集まって体験を語り合ったとしても、その中から収穫するものは少なく断酒そのものまで行き詰ってしまう可能性がある。

元々断酒会は、酒害者同士の信頼関係があって初めて成立した組織である。そうした人間関係にすべての会員が無関心になれば、断酒会は一気に崩壊してし

まうだろう。われわれ酒害者同士に一体感が欠けたとき、断酒も、断酒会も消失することを忘れてはなるまい。 (中略)

断酒が継続されるようになって、自分や人を信じられるようになり、周囲の人たちからも信じられるようになった。前者との差は歴然としている。

信頼のない人生は空ろであり、ある人生は充ちている。「断酒幸福」という言葉は、信頼関係の復活そのものを指すといっても過言ではないのである。

## 2025 7/27 四国ブロック大会に行ってきました～



のことをもっと理解していたら、向き合い方も変わっていたのかなと思います。今は父が「断酒会」に通い、一日一日を一生懸命生きてくれていること、すごく嬉しく思っています。

また、今回たくさんのお話を聞いてお酒の怖さを改めて実感しました。こんなにたくさんの方がしんどい思いをする飲み物なんて必要なのだろうか。この世からお酒なんてなくなればいいのにも思いました。

私の夫も、同居している義父もお酒をたくさん飲みます。お酒の怖さを知ってほしいし、量や頻度を減らしてほしいとも思います。大切な家族の身体が健康であってほしい、そしてこれからの人生を一緒に元気に過ごしたいという思いを伝えたいです。

(松山市在住・M N)



### ●初めて「断酒会」の行事に参加しました●

一番印象に残ったのはご家族の方のお話でした。「夫がお酒をやめ、一緒にしまなみの展望台を歩いた。そんな日があるなんて思わなかった」、という話を聞いて涙が止まりませんでした。そんな日が来るまでの道のりは想像を越える大変な日々で、それでも依存症の夫と向き合い、家族で治療を頑張ってきた話は、とても考えさせられましたし、自分のことを改めて振り返る機会になりました。

私の父(K Y・南千里支部)がお酒でしんどい思いをしていることは知っていましたが、心配しつつも何故お酒をやめられないのか理解できずにいました。

でも今回の「断酒会」でたくさんの方のお話を聞いて、私なりに依存症のことを少し理解できたように思います。父が一番しんどい時期に、私が依存症