

# 断酒いばらき

発行責任者: 柴山 光夫

編集: 広報部

## 大阪府断及び朋友断酒会 行事案内

### きづな会創立44周年記念大会

3月16日(日) 12:30~16:00

高槻現代劇場

### 京都府断酒平安会桂支部 28周年記念例会

3月22日(土) 18:30~20:50

桂会館 2階ホール

### 堺市断酒連合会創立44周年記念合同例会

4月6日(日) 12:30~16:00

堺市総合福祉会館

### 第49回 中国断酒ブロック(広島)大会

4月6日(日) 10:00~15:30

上野学園ホール

参加費:2,000円 〆切:2月28日(金)

### 京都府断酒平安会大久保支部 22周年記念例会

4月8日(火) 18:30~20:50

京都府立城南勤労者福祉会館 3階ホール

### 第37回 池田市断酒会一泊研修会

4月26日(土)~27日(日) 26日 13:00~

陽松庵 27日 12:00~

〆切:4月4日(金)

研修費:全日程 6,500円(土曜のみ 4,000円・日曜のみ 2,000円)

### 第1回北摂断酒連合会家族会一日研修会

4月27日(日) 10:00~16:00

島本町ふれあいセンター

研修費:500円 昼食持参 〆切:4月13日(日)

### 和歌山断酒道場創立45周年記念集会

4月29日(祝) 12:00~16:00

和歌山断酒道場 〆切:4月20日(日)

### 第70回 松村断酒学校

5月10日(土)~12日(月) 受付10:00~12:00

本山町プラチナセンター

研修費:12,000円 〆切:4月20日(日)

### 京都府断酒平安会創立41周年記念大会

5月11日(日) 12:30~16:00 受付:11:30~

京都テルサ

### 第12回茨木市断酒会一日研修会

テーマ 『仲間の環』

6月8日(日) 10:30~16:00

茨木市福祉文化会館(文化ホール)

分科会: アメシスト研修会: 13:00~15:00

研修費:1,500円 〆切:5月28日(水)

## 3月度断酒表彰者

K	J	さん	38年	茨木支部
M	S	さん	17年	真砂支部
S	I	さん	6ヶ月	真砂支部

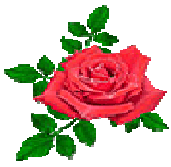
## 断酒会規範

- 断酒会とは酒害者による酒害者のための自助集団でありと同時に市民活動団体である
- 断酒会には酒をやめたい人なら誰でも入会できる
- 断酒会員は姓名を名乗ることを原則とする
- 断酒会員としての活動は、原則として無償である
- 断酒例会はあらゆる条件を超えて平等であり、支配者はいない
- 断酒例会は体験談に終始する
- 断酒例会は家族の出席を重視する
- 断酒会は酒害相談はもとより、啓発活動を通して社会に貢献する
- 断酒会は会費によって運営される
- 断酒会は政治・宗教・商業活動に利用されない

詳細に尽きましては、断酒必携 指針と規範をご参照ください。  
発行所 公益社団法人 全日本断酒連盟

## 第二の否認

「私は酒さえ飲まなければ、何の問題はない」  
(なぜ否認するのですか?)  
すべて酒のせいにしたいためです。  
(否認するとどうなりますか?)  
考え方や行動は飲酒していたときと何も変わりません。  
(認めるとは、どのようなことですか?)  
「酒」ではなく、「自分」の問題として認めることで  
(認めると、どうなりますか?)  
自分に真摯に向き合うようになります。



# 断酒いばらき

平成26年  
3月号

発行責任者: 柴山 光夫

編集: 広報部

## 体験談

真砂支部 M T

### 【私の入院まで】

自分は、15年くらい前のある事がきっかけで、診療内科にかかるようになりました。図書館などで調べると、どうやら鬱病だと自分で判断し、3件の診療内科に行きました。その内の2件では「あなたは鬱病ではない」と言われ、残る1件でも同じ答えでした。但し最後の1件では「心的要因による不安定状態」と言われました。そしてそのクリニックで、安定剤を2種類処方してもらいました。始めの頃は依存性を気にして極力飲まないようしていたのですが、主治医が大丈夫だから飲むようにと言うので決められた量を飲むようになりました。その後、新阿武山病院に入院するまで、ずっと安定剤を服用し量も増えていきました。

それから半年ほどたった頃、あるフランチャイズに加盟しリペアショップを開業しました。

もちろん研修で技術的な事は修得するのですが、それは基本な事だけで、実際の商売では、どこをどう処理すればよいのかわからない依頼が沢山来ました。そんなときフランチャイズ本部はほとんど役にたちません。他の加盟店に電話で聞いてまわると、やり方のわからない依頼は断っているというのがほとんどなのは驚きました。自分が本部や他の加盟店の話や聞き、自分の店のお客さんの依頼は特殊な物が多い事に気づきました。

特殊であろうと何であろうと受けなければ商売になりません。こうなったら何でもかんでも受けて金にするぞ、と意気込んでみたものの、自己流ゆえにクレームが増える、ああもういっそ商売やめたるか、しかし1千万円もかけて始めたのにやめるわけにもいかない。この頃から酒の量がどんどん増えはじめました。1度量が増えると減る事がないと言う。アルコール依存症に、もうすでになっていたのかもしれない。

こんな日々のある日、店に60才位の髭もじゃのおじさんが、「商売どない？」と尋ねてきました。その人は同業者で自分の店からは一番近い所で商売をしている人でした。

その時はちょうどお客さんの多い時で、カウンターごしでは邪魔になるので、作業場の中に入ってもらい色々な話をしました。その後その髭もじゃのおじさんには散々お世話になり、自分も一人前のリペア職人になりました。

しかし一度量の増えたお酒は減ることはありません。安定剤も量が減る事もなくピルケースに入れて常に持ち歩くようになっていました。

この業界は仕入先が大体同じで仕入先からの情報で、あそこの店はどうか、ここの店はどうかという話が直ぐに伝わりますある店の歳は若い腕前のよい者がオーナーと気が合わず雇ってくれる店を探していると聞き、自分の店で雇ってあげ、自分は居酒屋を始める事にしました。物件探しに半年ほどかかりましたか気に入った物件が見つかり、内装工事と同時進行で調理研修を

受け、アルバイトを募集し開店前実習をし、漸くオープンに漕ぎ着けました。

オープン予告チラシを大量にまいたので、お客さんが大勢来るだろうと、気付けの酒と安定剤を飲みました。

商売中も何度もチューハイのサーバーから生ジョッキに氷を入れずになみなみとそそぎ飲みました。

一月月くらいするとオープン景気はおさまり、お客さんの数も減り仕込みにも余裕がでてきたので仕込みの最中から飲むようになりました。

仕込み中も営業中も飲み続けました。

そんな事をつづけていると、体調がどんどん悪くなり色々な病院へ行くようになりました。

しかし、どんな病院へ行っても症状は改善されず、結局は、今通院している診療内科に相談して下さいという結論になりました。飲食業は本来楽な仕事ではないので、一年もすれば体がなれて、体調も良くなるだろうと自分に言い聞かせて商売をつづけていました。しかし一年たっても体調は良くなるどころか、悪くなる一方でした。

昼の2時前に仕込みに入り、夜中の2時すぎに片付けが終わるのでありますが、その間ずっと飲みっぱなしで仕事をしにきているのか飲みに来ているのかわからん状態でした。

仕込みも調理もアルバイトまかせで、自分は飲みながら、ああしろ、こうしろと命令し、レシピ通りに調理しているか、焼物はちゃんと焼けているか、盛り付けはきれいにしているかチェックするだけでした。

妻と子供達が週末などに店に食事に来るので、その時だけは自分で焼物を焼いたり調理をしていました。

しかし妻に言わせるとお客さんの人数の割にアルバイトの人数が多い、仕込みは一人ですしていたのになぜ人を雇うようになったのか、営業時間が終わったらなぜアルバイトを帰して一人で片付けをしないのか、という経費節減についてうるさく言われるようになりました。

それに対して自分は、体がえらい、体調が悪いから今の従業員数でないと無理だといいわけていました。

そんな日々のある日、妻が店を仕切って営業していきと申しました。自分は酒と薬でぼけた頭で、まあ好きにしてくれと思っていました。妻が店に出るようになった時、上の娘は

小学校5年生で、下の娘は小学校2年生でした。

下の娘はあまたで、すごくさびしい思いをしたと思います。

しょっちゅう妻の携帯に電話をしてきて、さびしいと言っていたようです。酒と薬でぼけた頭で子供の事も

考えてやれなかった自分が、やがて新阿武山病院に入院し、酒と薬がぬけて、まともな考え方が出来るようになった時、一番の酒害者は家族でありその中でも特に下の娘である事を痛感させられました。

これからの自分の人生は、家族へのつぐないの人生にしていきたいと思っています。