



体験談

茨木支部 Y Mさん

[止められているのはみんなのおかげ]

アルコール依存症と診断を受け、断酒会に入会して3年がたちました。

あれだけ飲んでいて酒を止められているのは、まぎれもなく「断酒会」のおかげであると実感していますし、本当に断酒会に出会えてよかったと思っています。

断酒を始めたころは、「本当に酒をやめることなどできるのだろうか。」と半信半疑でした。例会では、断酒して数十年という方がおられる一方で、10年間も断酒していた方が再飲酒してしまい、またひどい生活に戻ってしまったという方もおられ、いったいどういう病気なのか。そもそも自分は、アルコール依存症ではないんじゃないか、うまく飲めばほどほどですますことができるのでは、などと考えたこともありました。

今では依存症という病気の怖さも理解でき、例会でいろいろな方の体験談を聞いて、受け入れることができるようになりました。それは今は酒を止めているおかげで、すっきりとした頭で判断できるようになったからだと思います。

ひどい飲み方をしていた頃、まともに頭が働いていなくなり、考えもまとまらず、工作中でも酒のことばかり考えていて、しんどい仕事ではすぐ投げだしたくなり、集中できるなどということはほとんどなくなっていました。やっかいなことは人のせいにして、自分本位の考えで他人に押しつけ、職場では大変迷惑なやつだったと思います。

家庭でも大変な父親でした。カチンと来るようなことを言われると、カッとしてにらみつけたりしていたようです。娘に対しても、喜んでもらえるようなことは一切できず、とんでもない父親だったと思います。そんな娘も今では、「病気やったから仕方ないね。」と許してくれるようなことを言ってくれています。また、「お父さんって結構笑うんやね。」などと言われドキッとしました。家ではそんな情けない、ひどい父親だったんだと恥ずかしく感じつつ、つくづく反省の念に駆られています。

何のために、だれのための断酒なのかと思いつくことがあります。もちろん自分のためではありますが、家族で幸せにすごすためには断酒し続けることが必要であると考えています。家族と断酒会の仲間には感謝しています。これからもたんと断酒を続けていくためには、健康であることが必要です。家族や自分の周りのみなさまのご協力はぜひ必要だと思っています。



断酒は生活のすべてである。断酒によって現代があると知るべきだ。

松村語録  
断酒カレンダー

7月度断酒表彰者

真砂支部 M Tさん 3ヶ月  
真砂支部 M Tさん 3ヶ月

新入会者

5月度 真砂支部 渡邊 千夏さん

茨木市断酒会 行事案内

平成27年6月7日(日)  
茨木市断酒会創立45周年記念大会開催決定  
茨木市民会館 大ホール

朋友断酒会 行事案内

- ◎奈良県アメシスト研修会  
7月20日(日)10:00~15:30  
生駒市たけまるホール 無料 ♪7/5
- ◎枚方断酒会一日研修会  
7月21日(月・祝)10:30~16:00  
ラポール枚方  
研修費:1,000円 ♪7/13
- ◎府断幹事会:11:00~  
家族会勉強会:13:00~  
7月26日(土)  
長原会館
- ◎すみれ会一日研修会  
7月27日(日)  
大阪市中央区民センター  
研修費:800円
- ◎奈良市断酒会一日研修会  
7月27日(日)10:00~16:00  
奈良市中小企業会館
- ◎高野山一泊研修会  
8月2日(土)3日(日)2日:11:00~受付  
大津市立瀬田東公民館
- ◎北摂断酒連合会一日研修会 10:00~16:00  
分科会:アメシスト研修会:13:00~15:00  
8月3日(日)  
高槻市民会館/現代劇場  
研修費:1,500円 ♪7/21
- ◎堺市断酒連合会一日研修会  
8月10日(日)10:00~16:00  
堺市総合福祉会館
- ◎愛知「アメシストの集い」一日研修会  
8月24日(日)10:00~15:30 9:30~  
名古屋市総合福祉会館7F  
参加費:1,000円 ♪8/3
- ◎51回全国(釧路)大会  
10月5日(日)10:00~15:30  
前日4日(土)分科会  
全国アメシストの集い/13:30~16:00  
釧路市国際交流センター  
家族の集い/13:30~16:00  
釧路市国際交流プラザさいわい  
全国虹の会の集い/13:30~16:00  
釧路キヤスルホテル  
サブ・グループ「シングルの集い」/13:30~16:00  
釧路市国際交流センター/参加費2500円