



体験談『自分にとって何が大事か、心の変化』

真砂支部 A Y

アルコール依存症と診断されてからもう何年たったのだろうか。最初に診断された時は、あまり重く受け止めていなかったし、アルコール依存症のはずがないと否定もしていました。ただアルコール依存症と診断される何年か前から体の不調があり、内科・心療内科・精神科など十数カ所もの病院で診察を受けて、ありとあらゆる検査を受けてきました。しかし、どの病院でも原因が分からないと診断されてきました。その当時は、肝臓もその他の部分もどこか悪い状態だとは、言われておらず、体が楽になるためお酒を今まで以上に飲むようになっていきました。そして、今の病院でアルコール依存症と診断され、それからは家族の態度ががらっと変わったことは、今でも覚えています。また、同時にお酒を飲むことと一切禁止されました。その頃から妻や家族との関係がぎくしゃくしだして、隠れて飲むようになって行きました。隠れて飲むお酒は、実際おいしいお酒とは言えず、楽しくもないし飲みたい時に飲んでいるのではなく飲みたくななくても飲める時に飲むという感じで、今飲まなかったら次いつ飲めるか分からないという強迫観念のようなものもありました。それに、いつ家族が帰ってきて、いつ部屋に入ってくるかビクビクしながら飲んでいたので思い出します。

学生の頃からお酒が大好きで、その当時からお酒が飲めないなら死んだ方がましだ。お酒を飲みながら死にたい、といていたくらいで、自分にとって一番大切なものだと自負していましたし、実際そうになっていたかもしれません。何をすることもお酒が欠かせず、常にお酒と共に行動していたと思います。旅行・映画・バーベキューなどはもちろん、スポーツする時もスポーツ前、スポーツした後のみならず、スポーツをしている最中にもお酒を飲んでやっていました。そんな私が、いきなりお酒を禁止されてもそう簡単にはやめる事はできません。飲むな！飲むな！と言われれば言われる程飲みたくなるし、逆にどうにかして飲んでやろうという反発心が強く生まれてきました。だから断酒会にどれだけ通っても、どんな話を聞いてもなかなか頭の中に入って来ませんでした。しかし最近になってようやく今の自分が情けなく、一人では何にも出来ない自分に腹がたち、何とかしないとイケないと思うようになったのと同時に、まだまだやりたい事や楽しみたい事がたくさんある事に気付きました。実際今まで、妻や家族にひどい事を言われたり、されたりしてきたと感じていましたが、それ以上の事を私は家族に言ったりしたりしたりしてきましたし、妻や家族にしてもらってきたことは感謝してもしきれないものだと感じれるようになりました。この感謝の気持ちをもち続けながら、少しでも自分自身が納得できる自分になれるよう一日一日を大事にして歩んで行きたいと思っています。

断酒表彰者

A	Y・・・6ヶ月・・・真砂支部
M	M・・・3ヶ月・・・茨木支部
T	M・・・5年・・・真砂支部

新入会者

真砂支部・・・T K

茨木市断酒会 行事案内

第2(木)昼例会 市民会館 13:30~15:30

第4(木)昼例会 キグナス作業所 13:30~15:30
詳細は、責任者 竹川 正芳まで

朋友断酒会 行事案内

- ◎大阪府断酒会家族会家族教室
9月22日(火・祝) 13:00~16:00
長原会館 参加費無し
- ◎寝屋川市断酒会一日研修会
9月21日(月・祝) 10:30~16:00
寝屋川市立総合センター
研修費：1000円
- ◎中河内断酒連合会一日研修会
9月23日(水・祝) 10:00~16:00
八尾市文化会館(プリズムホール) ※昼食持参
- ◎兵庫県淡路一泊研修会
9月26日(土)27日(日) 26日:12:00~
国立 淡路青少年の家
研修費：5,000円 ㊦9/12
- ◎新生会仲間の会一泊研修会
9月26日(土)27日(日) 26日:11:00~
府立青少年の家
研修費：5,000円 ㊦9/6
- ◎第52回全国(山口)大会
10月4日(日) 10:00~15:30
山口県維新百年公園スポーツ文化センター
参加費：2,500円 ㊦8/23
- ◎吹田市断酒会一日研修会
10月12日(月・祝) 10:30~16:00
内本町コミセン
研修費：1,300円 ㊦10/4
- ◎池田市断酒会一日研修会
10月25日(日) 10:00~16:00
石橋会館 参加者：100名で㊦
研修費：1,500円
- ◎東大阪断酒会一日研修会
10月25日(日) 10:00~16:00
大阪東商業大学内 ユニバーシティホール
研修費：1,500円 ㊦10/9
- ◎金中夜間例会
9月17日(木)18:30~20:00
金岡中央病院内
- ◎きづな会
9月20日(日)13:30~15:30
新阿武山病院内
- ◎きづな会秋季一日研修会
10月20日(日)午前の部：10:30~11:30
午後の部：13:30~15:30
※ 昼食持参 新阿武山病院リハビリ棟3階