



断酒いばらき

平成28年
6月号

発行責任者 柴山 光夫

広報部

体験談 「みんなのおかげです。」
茨木支部 Y M

断酒表彰		
H	N	6ヶ月
Y	M	5年

断酒を誓い、断酒会に入会させていただき、5年になります。

自分のための断酒ですが、家族の協力やまわりのみなさんの協力、励ましがあってこそ、断酒が続けられています。これからも家族とともに幸せに過ごすためには、断酒し続けることが必要です。

断酒会にいてのおかげで酒を飲まずにすんでいます。週に一度の例会出席ですが、例会に出席することで、酒を止めていることを実感できますし、止め続けられていると思います。

一番迷惑をかけていた妻から、「今日こそ病院に行かなければ、別れる。」と最期通告を言い渡され、ようやく新阿武山病院へ診察を受けに行き、「アルコール依存症」と診断されたのも5年前のことです。5年はあつという間でした。止め始めたころは、歯を食いしばらなければならないほど、つらかったです。妻からもいまだにつらそうだった様子を聞かされます。

酒を飲み始めるととことん、酔っぱらうまで飲んでしまい、次の日は二日酔いになってしまっている。そんな私でしたが今は酒を止められています。

5年前にようやく、初めて行った新阿武山病院で「アルコール依存症」と診断を受け、入院を勧められました。3か月も仕事を長期休めないことを伝え、通院及びアルコール教室に通うことにしました。

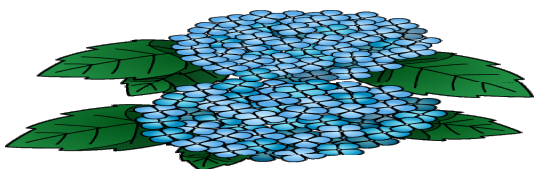
病院では、「断酒会」へ行くことも合わせて進められました。断酒会という名前は聞いたことがありましたが、とりあえず、自分の住まいに近い「茨木市断酒会」茨木支部の門をたたきました。

今、酒を止められているのは、まぎれもなく「断酒会」のおかげであると思っています。

酒を止められているおかげで、すっきりとした頭でいられるので、少々つらくてもがまんができるようになりました。酒を飲んでいた頃は、しんどい仕事は他人まかせ、ほったらかしがふつうでした。

これまで酒以外に楽しみがなかったのですが、今は健康な身体を取り戻せたので、ゴルフが一番の楽しみとなるほど、はまっています。(元来、はまりやすいタイプなのだと思います。)

これからも断酒を続けていき、さらに断酒の道のステップを上がっていき、自分自身への戒めを忘れることがないようにするため、例会への出席、そして家族や周りのみんなに協力いただいている感謝の気持ちと思いやりは忘れずに、たんたんと道を進んで行きたいと考えています。



新入会員		
K	W	真砂支部

朋友断酒会 行事案内

- ◎南河内断酒一泊研修会
6月11日(土)12日(日) 11日13:00～
富田林 料亭 門前屋
研修費:9,500円 〆5/22
 - ◎第39回津山断酒新生会一泊研修会
6月18日(土)19日(日)18日 11:00～
上齋原文化センター 研修費:9,000円 〆:5/31
 - ◎泉州断酒連合会一日研修会
7月3日(日)10:00～16:00
和泉市立人権文化センター
研修費:1,500円 〆6/15
 - ◎徳島県断酒会一泊研修会
7月9日(土)10(日) 9日:11:00～
安楽寺 四国霊園6番札所
研修費:8,500円 〆6/25
 - ◎長野断酒新生会一泊研修会
7月9日(土)10(日) 9日:11:00～
長野県 須坂青年の家
研修費:5,500円 〆6/15
 - ◎枚方断酒会一日研修会
7月18日(月・祝)10:30～16:00
ラポール枚方 研修費:1,000円 〆7/7
 - ◎北摂断酒連合会一日研修会
8月7日(日) 10:00～16:00
島本町ふれあいセンター
研修費:1,500円 〆7/20
 - ◎高野山一泊研修会
8月6日(土)7(日) 6日11:00～
高野山 大学校
研修費:9,500円 〆7/13
 - ◎堺市断酒連合会一日研修会
8月14日(日)10:30～16:00
堺市総合福祉会館 6階 大ホール
研修費:1,000円 〆7/2
-
- ◎きづな会一日研修会
6月19日(日)10:30～15:30
新阿武山病院内
※昼食持参
 - ◎金中夜間例会
6月16日(木)18:30～20:00
金岡中央病院内
-
- ◎茨木市断酒会昼例会
6月9日(木)福祉文化会館 13:30～15:30
6月23日(木)キグナス作業所 13:30～15:30