

平成 26 年 5 月号

今月の断酒表彰

- ☆ M・T さん 南千里支部 断酒 3 ヶ月
- ☆ T・N さん 吹田支部 断酒 3 ヶ月
- ☆ S・H さん 南千里支部 断酒 6 ヶ月
- ☆ N・T さん 南千里支部 断酒 五年
- ☆ N・K さん 吹田支部 断酒 九年
- ☆ M・N さん 南千里支部 断酒 十四年

断酒表彰おめでとうございます。ますますのご活躍を期待いたします。

断酒に思う (47)

ノンアルコールビール(飲料)について

編集部

ノンアルコールビール(飲料)は、本当に飲んではいけないのか? 会員の中には、いいじゃないかと考えている方もおられるかも知れません。そこで今回は、ノンアルコールビール(飲料)について調べてみました。ある会員さんが、かつて宴会に参加した時にがんばってノンアルコールビールを飲んで我慢していたそうです。けれど終わって帰りに「なんかむなしなつて、つい本物に手を出してしまったんや!」と言っておられました。では、本当に本物に手を出してしまうものなのでしょうか? こんな記事を見つけました。

【新事実】ビールにハマる理由が判明 / 研究者「ビールの味は快楽物質ドーパミンの放出を促す」

なぜ多くの人々がビールに病み付きになるのか。その理由のひとつが判明した。最新の研究で、ビールの味は脳内の「快楽物質」ドーパミンの放出を促すことが分かったのだ。研究を行ったのは、米インディアナ大学医学部の研究チーム。49名の実験参加者にビールとスポーツ飲料のゲータレードをそれぞれ飲んでもらい、その後に脳内の画像診断を行った。なお、アルコール成分の影響がほとんどないよう、参加者は15分間に15ミリリットルという少量を摂取した。その結果、ゲータレードよりもビールを飲んだ後の方がずっと多くのドーパミンが放出されることが判明したのだ。ドーパミンは「快楽物質」とも呼ばれ、楽しい行動をとった時に分泌される神経伝達物質だ。

つまり、ビールを飲む→ドーパミンが分泌される→さらにビールが飲みたくなる、というサイクル

平成 26 年 5 月 1 日発行 No.135
編集・発行 事務局・広報部
<http://suitashi-danshukai.com>



が繰り返されるのだ。なお、今回の結果について「ビールの味」そのものがドーパミンの分泌を活性化させたのだらうと研究チームは説明している。同分野の専門家も「飲酒への欲求が高まる背景には、酒の味や香、見た目、習慣など複数の要因が関わっている。日常の飲酒量が多いと、飲酒への欲求が高まるケースが多いが、今回の研究では酒の味自体も飲酒への欲求を高めることが示された」とコメントしている。ビールが多くの人に愛される理由には特別な理由があったようだ。それにしても、ドーパミンの放出によって、ビールに病み付きになってしまうというのはなんだか恐ろしくもある。

(2014/4/29 ロケットニュース24)

明らかに飲みたいという引き金にはなるということですが。

私は、以前 平野先生に聞いた時、そんなもの飲みたいとは「未練やな。おでこに未練と書いてありますよ。」と言われ飲むのをやめました。(編集部)

今月の「指針と規範】断酒会規範

二 断酒会には酒をやめたい人なら誰でも入会できる

断酒会入会の条件は、酒をやめたいという願望を持っているだけで充分である。

どんな政治思想や信仰を持っていても、断酒会入会の障害にはならない。しかし、断酒会は酒害者が酒をやめる会であるので、断酒会の中で選挙活動や、布教活動はできない。

社会的地位や名声のある人、経済的に恵まれた人と、どん底の生活をしている人との間には何の差別もない。

断酒会のモットーは自由平等である。どんな高い地位にいる人でも、ひとりの酒害者であることには変わりはない。そうした認識がなく優越感を持っている人は、すぐ改めてほしい。優越感、自分の断酒の足を引っぱるだけである。

どん底の貧しい生活をしていても恥じることはない。酒害者が酒を断つ努力の過程では、その真摯な姿勢が評価されるだけである。自分を卑下することは断酒の壁になるので捨ててほしい。

心身の障害があっても、酒害者でありさえすれば歓迎される。二重、三重の苦痛を越えて努力する姿には、われわれを感動させるものがあるからである。

過去にどんなあやまちを犯していても、入会の条件に触れるものではなく、また問われもしない。逆に、泥沼から這い上がろうとする勇氣にわれわれは敬意を

表する。酒害者なら誰でも入会できるのが断酒会である。

また断酒会は、こうした無条件に近い条件で入会を認めるので、あらゆる環境、あらゆるタイプの人間が集まった。そして、まじめに生きようとする人間と人間の間には、何の差も元々ないことがわかった。自由平等は原則にとどまらず、現実であることを実証した。
(指針と規範 P52～P53)



吹田市断酒会会員の現況

現況調査（平成 26 年 4 月 1 日現在）から。

- 1 会員数：男性31名、女性2名、計33名
- 2 入会者数（平成 25 年度中）：
男性3名
- 3 準会員数：11名
- 4 会員の年齢構成：
40 代4名、50 代10名、60 代8名、
70 歳以上11名
- 5 会員の断酒歴：
1 年未満7名、1 年～3 年9名、
3 年～5 年2名、5 年～10 年4名、
10 年～20 年9名、20 年以上2名
- 6 会員の入会時の年齢：
30 代2名、40 代9名、50 代11名、
60 代9名、70 歳以上2名