



平成 27 年 7 月 1 日発行 No.149
編集・発行 事務局・広報部
<http://suitashi-danshukai.net>

今月の断酒表彰

- ☆ M・T さん 南千里支部 断酒六ヶ月
- ☆ N・T さん 南千里支部 断酒二年
- ☆ Y・R さん 吹田支部 断酒三年

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。

<平成 27 年 6 月 1 日入会>

- ☆ I・A さん 南千里 支部

新しい仲間です。よろしくお願ひします。

断酒に思う (59)

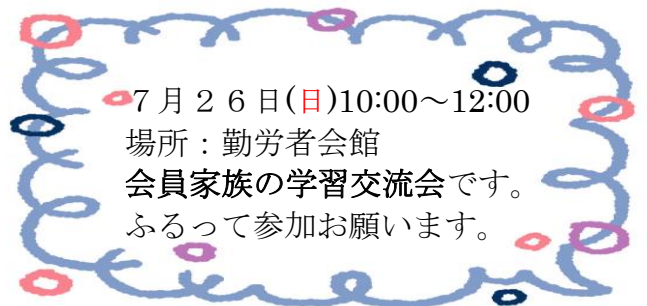
第 43 回酒害相談講習会に参加しました。

南千里支部 S・H さん

平成 27 年 4 月 3 日～6 月 5 日 (10 回) まで開催された大阪府断酒会主催の第 43 回酒害相談講習会に参加しました。これは第 1 回の新生会病院の和気隆三先生の「アルコール依存症治療の歴史を振り返る・今、何をすべきか」から始まり、第 2 回は新阿武山クリニックの平野健二先生の「アルコール関連障害の基礎知識」、第 3 回は大阪府こころの健康総合センターの上野千佳先生の「精神保健行政」、第 4 回は大阪こころの健康センターの熊谷由喜子先生の「大阪市の精神保健福祉業務とアルコール対策」、第 5 回は新生会病院の和気浩三先生の「心と身体の健康管理・アルコール依存症の合併症、高齢社会とアルコール問題」、第 6 回はオアシオン相談支援センターの橋本求先生の「生活不安・貧困社会的排除について考える、社会保障と社会福祉のいま 2015」、第 7 回は金岡病院の高野善博先生の「アルコール依存症からの回復」第 8 回は小谷クリニックの山本哲也先生の「アルコール依存症と家族について」、第 9 回はひがし布施クリニックの辻本史郎先生の「自助グループの機能」第 10 回は「訪問看護ステーションふろーる」の辻本直子先生の「地域で取り組むアルコール関連問題対策」で 2 か月 10 回に及ぶロングランの講習でした。大変中身の濃い学習が出来ました。

この講習会の中で和気隆三先生の「騙されずにしっかりと賢くなってほしい」・平野健二先生の「専門医療機関で治療を受けるだけでなく、自助グループに参加することが回復には不可欠です」・ひがし布施クリニックの辻本史郎先生の「断酒は自分探しの旅である」などの言葉が大変印象に残りました。

最後に相談のころえとして「かけがえのない人として接する・自分のことを語る、しかし自分のことばかり話しすぎない、誰かの助けを得て困難に立ち向かい今良いことがあることを勇気づけるように話す・自分自身を大切にする・節度を守る」、ということ学びました。これからの活動の中で活かしていければいいのかなと思いました。



7 月 26 日(日)10:00～12:00

場所：勤労者会館
会員家族の学習交流会です。
ふるって参加お願いします。

今月の「指針と規範】断酒新生指針

一 酒に対して無力であり、自分ひとりの力だけではどうにもならなかったことを認める

酒害者の酒に対する執着は凄じい。悩み苦しんでいる家族よりも酒の方を選び、ときには、コップ一杯の酒に自分の人生を賭けてもよい、と考えることすらある。

内臓疾患、職場での重大なミス、離婚問題等が動機になって節酒に挑戦し、何回となく失敗してもなお、酒に対して無力であるという現実を認めることができない。

節酒ができないことを認めて、ときには断酒に挑戦する人もあるが、ほんの数日でまた飲み始める。そして、例えわずかの日数でも酒を断つことができたのだから、今度こそ節酒ができるはずだ、と考えている。

何度同じことをくり返しても、自分が酒に対して意思が働かない人間であり、アルコール依存症になっているとは認めない。酒に対する無力の承認は、もう二度と酒を飲めないことを意味する。そしてそれは、生甲斐のすべてを酒害者から奪いとることである。

また、アルコール依存症ほど理解されていない病気も珍しい。低人格、意志薄弱人間がなると考えている人が多く回復が可能だと考えている人は極めて少ない。この病気に対する偏見、誤解は社会に充ち溢れている。そして、酒害者自身が世間と同じ偏見を持っていることが、問題の解決を難しくしている。自分をアルコール依存症だと認めることは、己の全人格を否定することにもなりかねないのである。

しかし、事実は事実として素直に受け入れよう。酒に対して無力であることは、決して恥ずかしいことではない。アルコール依存症は元来、酒を絶対にコントロールできない病気であり、人格が原因で発病するものではない。

自分がアルコール依存症になっており、酒に対して無力であるという事実を認めないことが恥ずかしいことであり、断酒を決意し、この病気から回復しようとする努力は誇れるものである。

自分自身の偏見を捨てよう。病気の進行とともに人格の荒廃が進むことがあるが、それはこの病気特有の症状であり、断酒することによって徐々に回復する。

われわれ酒害者の人間としての本質価値は、一般の人たちと何ら変わるところがない。また、断酒が継続される過程で様々な問題意識が生まれ、それらを解決していくうちに、信じられないような新しい人生が拓けるのである。

酒に対して無力であることを認めたとき、断酒への努力が始まる。しかし、自分ひとりの力だけで断酒しようとする人たちは、必ずといってよいほど失敗する。自分ひとりだけの弱さを認められない人の自信は過信でしかなく、「孤独な病気」と呼ばれているアルコール依存症を、十分に理解していないことにある。

(指針と規範 P1~P3)

