

## 今月の断酒表彰

- ☆K・Yさん 南千里支部 断酒三カ月
- ☆Y・Hさん 吹田支部 断酒三年
- ☆O・Hさん 吹田支部 断酒五年

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 (85)

### ケーキと梅干し

吹田支部 O・H

断酒生活に入ってから実行していること。酒を飲まないことはもちろんだが、「アルコール含有物を口に入れないこと」。これが意外なほど難しい。

ケーキ・チョコレートなどの洋菓子は、高級になるほどアルコールを使っているものが多い。よって、我が家では「自前の工房で作っている店」から買う。しかも、そのときに「アルコールを使っていないものはどれですか？」と必ず店員に確かめる。約半数の店では「わかりません」などの返事だが、「ちょっと確かめてきます」と丁寧に対応してくれる店もある。だが、アルコール無添加のケーキは2～3種類しかないのが通例となる。

家庭での食事を「アルコール除去食」にすることにも、結構気を遣う。

「アルコール含有」の料理は多い。日本食では煮物の煮汁、食材の下ごしらえに日本酒（料理酒）が常連さんよろしく登場し、西洋食でもワイン煮ステーキのフランベなど、アルコールが必須なものが数多くある。「惣菜売り場に並んでいる物」も、安心して食べられない。

料理そのものにアルコールを使わなくとも「アルコール含有の調味料」は身近に転がっている。「さ・し・す・せ・そ」の中でどのメーカーどのランクを購入しても「アルコール無添加」と安心できるのは「砂糖」「塩」の2つだけ。酢・醤油では「廉価なもの」ほど必ず「アルコール（酒精）」の文字が成分表示の中にある。だから「醤油＝丸大豆醤油」「酢＝純米酢」となり、少々割高のものを購入せざるを得ない。

このように、「アルコール無添加」の食材・調味料をそろえようとしても、すぐに手に入らないものがある。その代表が「梅干し」である。「塩分控えめ」がブームになり、また、日本人の舌も甘口になったのか、「塩と紫蘇」だけで作られた梅干しは専門店でない手に入らない。近所のスーパーマーケットでは「すべて酒精入り」である。お弁当・おにぎり・煮物の隠



平成30年3月1日発行 No.181

編集・発行 事務局・広報部

<http://suitashi-danshukai.net>

し味…。用途と必要性はかなり高いのだが、容易に手に入らない。困ったものである。

「アルコール除去食」については「イスラム食」の取り組み以外でまだ聞いたことがない。早く「和・洋・中」とともに、「アルコール除去食」が浸透・定着してほしいと願っている。

## 【今月の「指針と規範」】

### 断酒会規範 九

断酒会は会費によって運営される 但し補助金

善意の寄付金等は受けることができる

断酒会は酒害者による酒害者のための組織であるという認識が、どんなに重要なものであるかをわれわれは知った。この言葉の持つもっとも重いものは、断酒会は断酒会員の主体性のある運営によるものでなければならないということである。従って、断酒会の運営に必要な経費はわれわれの支払う会費によって賄わなければならない。そして、われわれの支払う会費は会の運営に役立つだけでなく、自分自身に大きな収穫となって還元される。

価値のあるものに金を支払い、ないものには支払わないのが人間の法則である。われわれが会費を支払うのは、断酒会があるからこそ自分の断酒があるのだという、もう絶対的ともいえる価値観を断酒会に持っているからである。

入会当初は、そんなことはわからなかった。苦痛と喜びが交錯する断酒生活を続けるうちに、何から何まで一方的に断酒会に依存しては、自分の断酒も危いものだと考え、やがて、自分は断酒会を支えている一本の柱でもあるという自覚を持つようになった。自分の断酒に必要な経費は自分が支払うしかない、会費の支払いはその最初にあるものだ、と考えるようになった。自立心の芽生えである。

断酒会にたいして価値を認められない人たちは、会費を滞納するようになる。滞納することによって例会出席が消極的になり、やがて落伍する。会費を払わなくてすんだものの、自分の人生を投げることになる。

同じような傾向のある人でも、会費を支払うためにしぶしぶ例会に出席しているうちに、いつの間にか断酒姿勢が変わり、断酒会と自分の断酒に価値を見出すことになる。

断酒会は自助集団だから、自分に必要な金は自分が

# みんなの広場

〈アルコール関連映画紹介〉

吹田支部 A・D

## 『ぼくの名前はズッキーニ』

「チェブラーシカ」、「ひつじのショーン」、日本の「こまねこ」など、ほのぼのした味わいで人気を博す“ストップモーション・アニメ”。今回紹介したいのはスイス・フランス合作作品です。

一見は子供の目線に立った穏やかなアニメーションだ。だが実際には家族関係が壊れた子供たちをとともリアルに描いた、静かな衝撃が残るストップモーションアニメーションである。二頭身でかわいらしく見えるはずの主人公ズッキーニだが、その眼が青い隈を強くふちどらせているのを見るときにざわざわする感じが全編に張りつめている。

ズッキーニにはっきりと「かわいいキャラだね」ということが難しいのは、映画がはじまってすぐにわかるだろう。ズッキーニが屋根裏部屋でひとりで遊んでいる。でもおもちゃではなくて大量の空き缶で遊んでいる。屋根裏から降りれば、家じゅうに空き缶が転がっている。これは彼のお母さんが飲み散らかしたビールの空き缶なのだ。そう、母親がアルコール依存症でテレビばかり見ており、ズッキーニはネグレクトされている。

屋根裏でビール缶を積んで遊んでいたところ、うっかり缶を崩して大きな音を立てたことに怒った母親が下の階から梯子を上がり、屋根裏の入り口を開けようとする。それを怖がったズッキーニが思い切り入り口を締めると、反動で母親が梯子から滑り落ちて命を落とす。

本作で驚くのは子供の目線であるにもかかわらず、児童文学が描くように、辛い現実を夢やファンタジーにしないことだ。シビアな現実をそのまま描く。その点でびっくりしたのがズッキーニが孤児院に行くことになる母親の死のシークエンスだ。これが何の虚飾もなく描かれる。

《シネ・リーブル梅田、なんばパークスシネマにて上演中》



支払わなければならないといってしまうとそれまでだが、会費を支払うことはわれわれにとって、必要不可欠な断酒法のひとつである。

もし断酒会が、国や地方自治体の補助金や個人の寄附金のみで運営されるようになったら、いったいどんな事態を招くことになるだろうか。

われわれが飲酒時代に身につけた依存的傾向は少しも改善されないだろう。従って、自立心の回復もないだろう。他人まかせの会員たちばかりになり、会はまるで活気のないものになるだろう。ついには、われわれは断酒することの意味もわからなくなり、会の崩壊につながることは必至である。

断酒会の主な活動内容は、例会、研修会、記念大会、ブロック大会、全国大会等の開催。機関誌、ポスター、パンフレット等の製作。その他、酒害相談活動や酒害啓発活動のための様々な行事等がある。<sup>まかな</sup>

このうちの大半は、会費や参加料等で賄われているが、断酒会は経済的に貧しい組織であるので、会員以外のために使う費用、特に酒害啓発活動に必要とする費用には頭を悩ませている。費用の関係でほとんど行っていない断酒会もある。われわれの奉仕活動にも経済的な限界がある。

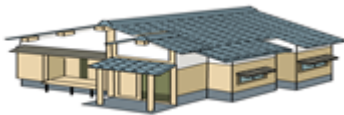
そうしたとき、行政の補助金や、断酒会を利用する気のまったくない人たちの寄附金は、活動を活発にする。自助集団でありながら、補助金、寄附金を受けることを認めている理由である。

補助金、寄附金がなくても、断酒会が経済的な理由で崩壊することはあり得ない。しかし、われわれはもう少し経済的なゆとりを持つことで、広く社会に酒害の理解を求める活動を拡大することができる。

(指針と規範 P91～P94)

3月10日(土)は、ハートふれあい祭りです。

市民の方々と吹田市断酒会が触れ合う絶好の機会です。アルコールパッチテスト、酒害相談で啓発活動に努めましょう。行事の開始時刻は10時半ですが、設営・準備から参加出来る方は浜屋敷に8時45分に集合して下さい。



〈みんなの広場〉では会員家族のみなさんからの

投稿を掲載していきます。

近況報告、趣味の披露、読書感想、映画・ビデオ鑑賞の印象、会へのご意見等々、発表形式は、散文、短歌、俳句、川柳、漫画、イラストなんでも結構です。奮って応募して下さい(広報部)