

# さゝ波

## 滋賀県断酒同友会

発行人 松本浩二  
事務局 湖南市柑子袋1091-30  
TEL 0748-72-3792  
印刷所 (有)中嶋印刷所



## 2020年の年頭に当たって 会長 松本浩二

あけましておめでとうございます。

皆さまにおかれましてはよい年をお迎えのこととお喜び申し上げます。

また、旧年中は様々な行事へのご協力、ご参加をいただき誠にありがとうございました。

今年も例会出席を中心に各行事への積極的なご参加をお願い申し上げます。

さて、私の正月と言えば25歳からの30数年間は朝から大っぴらに酒が飲めるうれしい日々でしたが、10年前の正月は違っていました。その前年の12月に滋賀県立精神医療センターを受診しアルコール依存症と診断されて、12月25日に同友会甲賀支部に初めて参加し、1月1日に2回目の参加をしました。どちらも普通の家庭なら家族と平和に過ごす日ですが、酒を止める決心はしていたはずなのに私の頭の中は「酒は本当に止められるのだろうか」「私はこれからどうなるのだろうか」という悩みでいっぱいでした。「酒なしでは生きて行けるはずがない」というそれまでの思いから少しは進歩していましたが、まだ自己中心的な悩みでした。

そこから私を引き上げてくれたのは断酒例会でした。自分の経験や思いをストレートに話せる、一般社会では話せないとんでもない話でも共感してもらえる不思議な場所でした。それまではストレートに思いを話せる場所なんて見たことも聞いたこともありませんでした。少なくとも私はそういうところにたどり着けなかった。

今も断酒例会で話し、聴くことで、家族に出会いなおし、会社や社会に出会いなおして、少しずつ成長している感じがあります。

ご承知のことと思いますが、2014年6月に国において「アルコール健康障害対策基本法」が施行され、2018年3月には県の「アルコール健康障害対策推進計画」が策定されました。それに伴って少しずつアルコール依存症についての理解が広がっているように思いますが、私たちが積極的に関わっていくことが広がる速度を早くすることが出来ると感じています。

その考えに沿って、昨年は県内の10件の研修会で延べ22人の同友会会員・家族に体験談を話していただきました。体験談には力があります。今年も出来るだけ多くの方に体験談を届けることで、「アルコール依存症は誰でもかかる病気で、回復出来る病気」を社会の常識にしていきたいと思えます。そのために皆さまにご協力をお願いして新年の挨拶とさせていただきます。