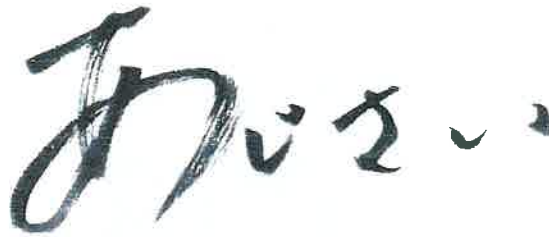


連絡先：

神戸市須磨区横尾1丁目12-1
17棟-512号 松岡方
神戸市断酒会



新年のご挨拶

神戸市断酒会

会長 村田 憲彦

敬頌新禧
謹んで年頭のご挨拶を申し上げます。

弥栄

人生100年時代の神戸市断酒会創立51周年、次の50年への始点となる

輝かしい新年を、会員並びにご家族の皆様と共に迎えられること、慶祝したいと思っております。

関係各位の皆様方におかれましては当会の活動へのご理解

とご協力を賜り、深く感謝申し上げますとともに、新型コロナウイルス感染症との闘いが4年目を迎えるなか、この間に亡くなられ、健康を害された方々に心からお見舞いを申し上げます。また、感染者の治療や感染防止対策に全身全霊を捧げておられる医療従事者、エッセンシャルワーカーの皆様を表衷心より敬意を表します。

昨年を振り返りますと、オミクロン株の市中感染が確認され急拡大が止まらず第6波となり、まん延防止等重点措置が発令され継続される最中「酒害者の最後の一人までも残すな」先人の言葉に込めるべく、三密（密閉空間・密集場所・密接

場面）の防止、責任ある基本的な行動の実施（マスク着用、手洗い・手指消毒・うがいの励行、適切な換気、発熱・体調不良時の外出自粛）等、感染拡大の防止とクラスター対策を『新しい生活様式』として、会員・ご家族の皆様とその身にこころに沿わしながら今日一日、今ここに在る私達一人ひとりが今出来る事を、心と力を合わせ積み重ね、安心安全な居場所・断酒会例会の灯を、歩みを止めず、繋ぎ、抜け続けることが出来ました。

念大会に向き合い、掴んだ気づき学びは当会の強みとなり、更なる飛躍・発展の礎となりました。私たちが神戸市断酒会は、先達から次世代の新しい方々への継承を想い願ひながら、昨年末の幹事会にて、目指すべき未来【Joy for Danshu】断酒会の人による「こびを」を本年のテーマとして制定しました。

実現するため、人間尊重を基本として多様なステークホルダーの皆さまと『断酒』を原点に、人に真摯に寄り添い貢献していくこと。これが、最後にになりましたが、コロナ禍収束への願いと皆様のご健康とご多幸をご祈念申し上げます。結びとさせていただきます。

神戸市断酒会

創立51周年記念例会

大会テーマ

～joy for "Danshu"～
断酒で人生によるこびを

令和5年2月5日(日)

13時開会

会場：神戸市立

長田区文化センター

(大会議室)

うさぎと月と

今年はずき年です、なせこんなにも「うさぎ月」のイメーヅが一般的となつたのでしょうか？うさぎと月が密接にかかわつてきたのは、ある説話がはじまりでした。

鎌倉時代『今昔物語集』五巻第一三話

「三獸行菩薩道鬼焼身語」より

今は昔、天竺に兎・狐・猿、三匹の獸がいました。彼らは誠の心を起こして菩薩の修行をしていました。

「わたしたちは前世に深く重い罪を負い、賤しい獸として生を



受けた。これは前世に生きとし生ける者をあわれまず、財を惜しんで人に与えようとしないことへの報いだ。だからこの生では、身を捨てて善いことをしよう」

三匹は最年長の者を親のように敬い、年長の者には兄のように接し、若い者を弟のように思つて、自分よりほかの者を優先させました。

帝釈天はこれを見て、心を動かされました。

「彼らは獸だが、たいへんありがたい心を持つている。人の身ながら、生ある者を殺し、財産を奪い、父母を殺し、兄弟を敵のように思い、笑顔で悪心を抱いたり、恋い慕つているように見えながら怒りを宿している者も多い。しかし、このような獸が誠の心を抱いているとは思えない。試してみよう」

力を失つたような老人に姿を変え、三匹の獸のもとに現れました。

「私は年老い疲れどうしようもありません。私を養つてください。私はずがなくて、家がなくて、食物もありません。あなたたちは深いあわれみの心を持つていると聞きました」

三匹の獸はこれを見て、聞いて、「わたしたちの望むところだ。すぐに養うことにしよう」と言いました。

猿は木に登り、クリ・カキ・ナシ・ナツメ・ミカン・コクハ・イチイ・ムベ・アケビなどを取り、また里に出ては、ウリ・ナス・ダイズ・アズキ・ササゲ・アワ・ヒエ・キビなどを取つてきて、好みに応じて食べさせました。

数日後、老人は言いました。

「猿と狐はたいへん深い心を持つている。すでに菩薩であると言つてもいいだろう」

兎は発奮し、灯をともし香をたいて、耳を高く腰を低くして、目を見開き前足は短く、尻の穴を大きく開いて、東西南北探し歩きました。

「私は老人を養うために野山に行つたけれども、野山は恐ろしい。人に殺され、獸に食われる危険もある。無駄に命を落とすとしてしまう可能性が高い。ならば、今この身を捨てて老人の食物となり、この生を離れることにしよう」

「今、おいしいものを持つてきます。木を拾つて火をおこして待つていてください」

狐は木を拾つてきました。狐はこれに火をつけて、兎が何か持つてくるかもしれないと待ちました。が、兎は手ぶらで歸つてきました。

猿と狐は言いました。「俺たちはおまえが何か持つてくるというので、準備して待つていた。しかし、何も無いではないか。ウソをついて木を拾わせ、火をたかせて、自分が暖まろうとしてるのだ。憎らしい」

兎は言いました。「私は力が及ばず、食物を持つてくる事ができません。我が身を焼いて食べていただきます」

「このとき帝釈天はもとの姿に戻り、すべての人に見せるため、火に入った兎の形を月の中に移しました。月の中に雲のようなものがあるのはこの兎が火に焼けた煙であり、「月の中に兎がいる」といわれるのはこの兎の形です。すべての人は、月を見るごとにこの兎のことを思い出します。

この説話により、勇敢なうさぎの象徴として「月」が挙げられるようになり、「うさぎ月」のイメージが一般的となつていったのです。

(インターネットより引用)



ぶらりさんぽ

神戸市長田区 御蔵南公園震災で焼けた楠木

(特非) 兵庫県断酒会近くの公園に碑があつて、次のように書かれています。

管カルタより)
2004.1.17 御蔵南公園完成記念

公園の楠の大木に幹が黒く焼けた跡がある。

災で幹を、枝葉を焼かれたが、大地がしっかりとこの楠を支えた。

この楠もまたこれにこたえた。自ら苦しみながら、悩みながらも大空高く伸びる大樹を志している。

自然の美しさ、豊かさ、厳しさ、神秘がここにあり。

「類焼とめて尚生き残る楠の大木」(御



神戸市北区山田町 うどん屋 浦商

うどん屋 浦商

インターネットの地図を神戸市北区山田町をクリックすると評判が良いと書かれているお店を見つめました。

先口、前を通ると人が居たので入ってみました。

名物うどん一〇〇円とあるので注文しました。ふと見るとおにぎり五〇円とあるので併せてたのみました。



名物うどんは俗にいう「素うどん」です。おうどんの出汁を美味しいし、おにぎりかふたつ出てきて、ましてや沢庵まで添えられている。感動のお昼ごはん一五〇円でした。(昭)

松村語録に学ぶ

初志貫徹

「一年の計は元日にあり」皆さんそれぞれに、今年の目標を立てたことと思います。さて「初志貫徹」ですが、意味は、初めに心に決めた志を最後まで貫き通すことです。似たような言葉に「初心忘るべからず」もあります。私達アルコール依存症者の「初志貫徹」と言えば圧倒的に多いのが、入院の際の「酒を止める、止め続ける」ことではないでしょうか？断酒会に入会し、毎日例会だという人もい

「人がせっかくな酒やめようと決意したのに、周りの人間は木で鼻を括った態度やないか！俺がそんな信用でけへんのか！」誰しもが一度は経験することです。家族の人の体験談に、医療関係者から「旦那さんを信用してあげてね」のひと言葉を、それこそ信用して今日の日はあります、と語っていたのを記憶しています。

さて、「初志」は立てられるが、最も難しいのが「貫徹」です。言い換えると「継続」です。ここに「一日断酒」の重みと意味があるのです。今日一日だけ飲まんこと…明日のことは明日になつてみると分かん…と何よりも今日から明日へと「前進する力」を

「一日断酒」は表現しているのです。ある医療の先生は「一日断酒できたら百点満点や」とよく語っていました。断酒会でよく言われることに、「失敗を恐れるな、またやり直せばいい」があります。

「初志」「初心」は捨てずに、また歩んでいくことが大事なのではないでしょうか…(路生)



介護ワンポイント講座

車いすで坂道に行くには？

車いすに乗った方の移動を介助する場合は、坂道は介助する側もされる側も神経を使います。上り坂では介助される側の人を前方にそのまま押し上げられます。下り坂の場合はその逆で、後ろ向きに下がって行きます。

理由は、介助される側に立って考えるのと坂道を降りるとき、ジェットコースターに乗って下っていく

「私の趣味」西神戸支部 大尾 都

二〇年近く前、主人と一緒にカラオケとボーリングに行きました。主人は、リタイアしてしまいました。私はボーリングにはまってしまい、グループ（名前は、あじさいと言います）に入り投げ続けてきました。ベストスコアは、忘れてしまいました。200点は超えていたと思います。

ボーリングは健康面でもやっていて良かったと思います。

ちなみに、最近のスコアは四ゲームやって143・140・148・194点でした。

大会・研修会だより

近畿ブロック

「体験談を語る集い」
一日研修会

十一月十九日 大阪西成区民センターにおいて近畿ブロック「体験談を語る集い」一日研修会が行われました。

昨今のコロナ禍の中、中止となっていた近畿ブロック断酒学校の代替行事として三年ぶりに一日研修会という形で行われました。

近畿の断酒会会員及び家族総数二一六名が一堂に会する久しぶりの大きな研修会となりました。神戸市断酒会から五名の参加で北神戸支部・下林浩人さんが体験談を語りました(卓)



京都府断酒連合会

一日研修会

十二月十七日 京都・西本願寺、間法会館において京都府断酒連合会一日研修会が行われました。

行政・医療二名・朋友断酒会二三五名・一般など一八名・京都府断酒連合会会員・家族八五名合計二四七名の参加でした。

神戸市断酒会からは四名の参加で虹の会の分科会で北神戸支部・下林浩人さんが体験談を語りました。(卓)



三木断酒会
創立三三周年記念
一日研修会

十二月三日 三木市立市民活動センター

に於いて三木断酒会創立三三周年記念研修会が行われました。記念研修会は二三年ぶりのことで、活気のある研修会でした。

行政医療 一〇名
朋友六七名 一般四名 三木断酒会一二名 リモート参加 六名 合計九九名の参加でした。(泓上)



第二四回神戸市断酒会
サブグループ「シングル」
一日研修会

十二月二十五日 あすてつぷらKOBEにおいて第二四回神戸市

断酒会サブグループ「シングル」の集い」一日研修会が行われました。

昨今のコロナ禍の中、三年ぶりの一日研修会となり、医療・施設関係五名 朋友四〇名 神戸市断酒会一七名 合計六二名の参加でした。

小野谷さん(西宮断酒友の会)が特別体験談として「一六年ぶりに戻ってきた



断酒会」を語っていただきました。シングルならではの体験談を語り聴くことでより一層、シングルに特化した「仲間」の絆がつながった研修会となりました。(卓)

編集後記

今年の干支は「うさぎ」です。うさぎとカメの昔話を思い出します。うさぎはカメより先にゴールに辿り着けると思っています。その間にカメは先にゴールします。ちょっととした際に飲酒するかもしれませんが、油断大敵です。

あじさい 教壇

短歌

三叉路にしばしたたずみこの道を
恵方と決めて一歩踏み出す
路 生

俳句

新春の誓いはいつもいさぎよし
さり気なく俳句誌開く冬の宵
路 生

芝本 敏彦