

一日断酒 例会出席	<h1 style="font-size: 2em;">断酒あしや</h1>	<h1 style="font-size: 2em;">芦屋断酒会</h1> 〒659-0055 芦屋市竹園町 4-12 TEL & Fax : 078-882-0143
--------------	--	--

3 月 * 月曜例会 3 月		司会
	6 日 (月) 19:00~20:45 13 日 (月) 19:00~20:45 * 断酒表彰 20 日 (月) 19:00~20:45 27 日 (月) 19:00~20:45	芦屋市民センター (202) 芦屋市民センター (202) 芦屋市民センター (202) 芦屋市民センター (202)
	* 金曜例会 (木口記念会館) 3/3(金), 10(金) 17 (金), 24(金), 31(金) 19:00~20:45, 3 階大会議室 B	
	* 家族会 (のぞみ会) 例会案内 3 月 10 日 (金) 10:00~12:00 芦屋市民センター (206) 3 月 27 日 (月) 19:00~20:45 芦屋市民センター (206)	
	* 芦屋保健所アルコール問題相談 3 月 14 日 (火) 13:30~15:00 芦屋健康福祉事務所	

### 「断酒 9 年を振りかえって」

1 月で、断酒 9 年を迎えることが出来ました。これもひとえに断酒会の会員の皆様、通院しているクリニックの先生・スタッフの皆様のおかげと感謝の念に堪えません。心より御礼申し上げます。

振り返りますと、依存症の診断を受けてからクリニックへの通院は 15 年になりますが、6 年近くスリップを連続し、メンタル面でも支障をきたし 2 回休職を経験致しました。2 回目の職場復帰の際、産業医との面談の際、「これが最後ですよ」と忠告された言葉が、今でも心の中に深く刻まれています。

クリニックのケースワーカーより、再三自助グループへの参加を勧めて頂きましたが、頑なに拒絶しました。しかしそんな中、通院中の芦屋断酒会の会員の方を紹介され、平成 26 年 4 月中旬より出席し、回数を重ねる毎に、断酒は一人では出来ない事への「気づき・同じ仲間と家族の方との共有の時間を過ごす事」に心を打たれました。本人、ご家族の体験談を傾聴させて頂くうちに、入会を決意し現在に至っております。

6 年間のスリップの繰り返しは、「一人で断酒できると」思い込んでいたことが、如何に愚かな事であり、クリニックでのプログラムで学んだ事が理解できていない事を痛感致しました。

しかし正式に入会后、9 年断酒を継続する事が出来ております。直近の 2 年間では、協議離婚、32 年勤務した会社も、母親の介護が必要になり退職し実家へ戻りました。母にも飲酒問題で心配をかけました。具合が悪くなったのも依存症の診断直後でした。この 2 年大きな決断を致しましたが、心機一転残りの人生設計を模索中です。

例会へはなかなか出席できませんが、これからも断酒会を大切に終わりのない断酒人生を会員の皆様と共に歩んでいきますので、今後もよろしくお願い申し上げます。

以上

3/4 (土)	兵庫県断酒会役員会	18:30~	兵庫区文化センター
3/12 (日)	奈良県断酒会創立 50 周年記念大会	12:00~	奈良産業会館
3/19 (日)	阪神断酒会 44 周年一日研修会	10:30~16:00	サンシビック尼崎
4/2 (日)	第 10 回尼崎市断酒会一日研修会	10:00~16:00	尼崎市立小田南生涯学習プラザ