

一日断酒
例会出席

断酒あしや

芦屋断酒会

〒659-0025 芦屋市浜町 4-2

TEL & Fax : 078-882-0143

* 金曜例会

2 日 (金) 19:00~20:45 木口記念会館 3 F 大会議室 B

9 日 (金) 19:00~20:45 木口記念会館 3 F 大会議室 B

* 断酒表彰 11 年

16 日 (金) 19:00~20:45 木口記念会館 3 F 大会議室 B

*23 日 (金) 19:00~20:45 + 芦屋市民センター (204)

30 日 (金) 19:00~20:45 木口記念会館 3 F 大会議室 B

* 月曜昼例会 10 月 12 日 (月祝) 13:30~15:00 芦屋市民センター (204)

* のぞみ会 10 月 9 日 (金) 10:00~12:00 芦屋市民センター (207)

* 家族会 10 月 30 日 (金) 19:00~20:45 木口記念会館 3 F 小会議室 1

* 酒害相談 10 月 20 日 (火) 13:30~15:00 芦屋保健所

告知しませんか

告知とは、国語辞典をひくと、「相手や一般の人に事実を知らせること」とあります。私事で申し訳ないのですが、私なりに断酒の 3 本柱として実行していたことがあります。

① テレビのアルコールの CM は見ない。

② 断酒したことを告知する。

③ 例会の出席。

その内。①はテレビの録画機の故障に依り実行できておりませんが、今は CM を見ても飲酒欲求を感じなくなっています。②、③の効果で一歩前進したと自負しております。

40 年も昔の話ですが、胃潰瘍を患いました折、医師から禁煙を命ぜられました。その時に考え、編み出したのが「告知」という手段でした。日に 50 本のヘビースモーカーの私がきっぱり止められたのは、喫煙できない環境を自ら作り上げたからでした。その上、タバコを止めたくても止められない人からの相談もされました。「告知」の効果を教えてあげたところ「禁煙できた」と感謝されるまでになったのです。

その伝で、禁酒するのに役立たないかと思い、「酒止めた」、「3 か月も入院したんだ」、「週 1 には断酒会の例会に出席してるで」と告知しています。

酒にしろタバコにしろ、自分一人で止めようと思っても、うまく行きません。多勢の人々のおちからを借りて、見守ってもらうというのは、決して悪くはないと思います、告知するというのは、勇気の要ることです。しかし、ここを乗り越えれば、明るい世間が目の前に現れます。

以上が私の体験でした、是非お勧め致します。

10 月 3 日 (土) 県役員会

10 月 4 日 (日) 広島ふたば会

10 月 10 日 (土) 全国大会前日行事 13:00~

10 月 11 日 (日) 第 63 回全国 (兵庫) 大会 10:00~ 神戸市文化ホール

10 月 24 日 25 日 第 6 回きなん白梅断酒会一泊研修会

…断酒例会は体験談に始まり体験談におわる…