

## すいただより



## 今月の断酒表彰

今月は該当者なし

## 断酒に思う (108)

吹田支部 O・T

9月時点で断酒継続なら満25年となる。本会入会直後は「70までは止める。70になれば飲む」と言ったらしい。ワイフがそう言う。今は生涯断酒したいと思う。

もともと酒類は嫌いではなかった。中2の夏、二本目の残り、コップ1杯のビールを親父が「飲むか」で每晚飲むようになった。最初は苦いビールが旨いと思うようになった。

ところが秋になるとそれがストップ。爾来成人まで飲酒の習慣はなかった。高3の正月駅でばったり会った友人二人が我が家に来て、親父は二人には飲まずが僕には「飲むか」はない。今にして思えば親父の複雑さ、僕に対するある種の虐待があったかもしれない。暖かい心の交流は親父との間には無かった。冷たい人だったかもしれない。

大学時代も飲む機会は少なかったが飲酒が原因の破廉恥行為が2, 3あった。成人式の夜、友人を人質において親に飲み代を借りた失敗は自分の見栄っ張り、不甲斐なさの象徴として恥ずかしい始まりだ。人生のスタートで「自覚」と「覚悟」の無さ「未熟」を思う。

酒量が増えたのは職業人となってからで、勤務時間終了、一時間後には職場の近くの居酒屋でほぼ毎晩。2軒、3軒と梯子してから飲酒運転。だんだん飲み上がり、ビール以外にもウィスキー、焼酎なんでもござれ。とくに職場の女性の同僚が割烹料理屋を十三で開店したあたりから、それまで日本酒は頭痛がしたが吟醸酒になじみ各地の銘酒を味も解らんに「ええかっこ」していたあたりから女性連れとか、一人酒などおかしくなった。

そして病気に気づいたのはワイフ。産業医から「ご主人のお酒に問題があるのでは」と言われたと。

自分でも「このまま飲み続けては人間失格だろうな」と思ったから友人のかかりつけの西淀病院に押しかけ新阿武山クリニック平野先生につながった。それでももっと酷いアル中を引き合いに自分はアル中ではない、と否認していた。

それが今日まで断酒しているのは多分、僕の病気に対する怖さがある。酒が原因の障害だったり亡くなったりという友人、先輩が結構いるがきっと僕のように「臆病」ではなかったからと思う。僕はアルコール依存症を公言してきたが「あんたもアルコー

令和7年月1日発行No.209

編集・発行 事務局・広報部

<http://suitashi-danshukai.net>

ル依存症やで」とは言えない。断酒してまあまあ元気な自分が申し訳ないような気持ちである。多くの友人知人を救えていない。道半ばである。

## 今月の「指針と規範」

## 断酒会規範

三 断酒会員は姓名を名乗ることを原則とする  
われわれが断酒会員であることを名乗る最大の理由は、それが自分の断酒にとって有利であることに外ならない。

われわれは、自分がアルコール依存症になっていることをやっと認めた。断酒会に入会することで、アルコール依存症が恥ずかしい病気でないことも知った。そして、原則通り自分の名前を名乗っているが、断酒会内部にのみとどめている人が意外に多い。

恥ずかしい病気ではないと思いつつ、社会のこの病気に対する誤解が怖いことと、まだまだ自分の内部にこの病気に対する否定的な気持が潜在しているからであろう。姓名を名乗るといふ断酒会の原則は、誰にでもこの事実を率直に告げるということであるので、勇気を出して断酒の意思表示を広く社会にしよう。

そうすることで、われわれの意識の中にずっと持ち続けていた劣等感が徐々に薄れ、断酒意欲の向上にもつながる。また、社会一般の人たちにとっても、明るく堂々と姓名を名乗っている断酒会員に接することで、従来の間違った認識に疑いを持つようになる。

また、社会に意思表示したことでわれわれは、自分の言ったことに責任を持つようになり、自分の断酒姿勢をますます正すことになる。虚栄心の強い人は、そうした断酒の妨げになるものを捨てることができる。

酒に悩んでいる地域の人たちに断酒の喜びを伝えることが、われわれの責任であり使命でもあるが、こうしたことも姓名を名乗らないことにはわれわれの存在を知ってもらえない。逆に考えると、匿名でないことが酒害相談を怠けられない原因になり、ますますこの活動に積極的になれる。

酒害相談活動や教宣活動を通して学んだことが、われわれの断酒の糧になっていることは誰にも否定できないが、そうした環境づくりのためにも、姓名を名乗ることは大きな役割を果たす。

またわが国では、酒は冠婚葬祭等の儀式には欠かせないものであり、また、人間関係を円滑にするためあらゆる機会を捉えて酒席が設けられる。そして、そこに出席することが半ば義務化している。

われわれはそうした場所に出ることを極力避ける必要

があるが、止むを得ず出席した場合、断酒会員であることを明確にしなければ、断り切れずに失敗することすらある。健康上の理由で断っても、少しぐらいならからだにいい、と強要されるのが普通である。わが国の飲酒文化は、いかに上手に相手に酒をすすめるか、ということを重視しているからである。

そんなとき、断酒会員であることを告げ、断酒の意思をきちんと示せば、まず強要されることはない。自らを酒害者だと認めて断酒会に入会した人間に、その組織のルールを破ってまで飲めといえる人間はいないのである。

(指針と規範 P54～56)



# みんなの広場

## 大阪の地下鉄

前回、大阪の鉄道を東京と比べてみたが、それ以上に大阪が分かりやすいのは、地下鉄のわかりやすさだ。

私たちの感覚としては、大阪の地下鉄網も十二分に複雑なのだが、それでも対東京という意味では大幅にシンプル。

これは、そもそもの街の構造に起因している。大阪の街は、豊臣秀吉による開発から約400年以上基本構造が変わっていない。藤原京以来の碁盤目構造であり、平地率が高い。

地下鉄は基本的に道路や水路の下を通る、かつての路面電車（または渡し船）の後継者だ。地上の道路がきれいに縦横に走っている大阪は自然、地下鉄も縦(南北)に走る「筋」などをトレースする。

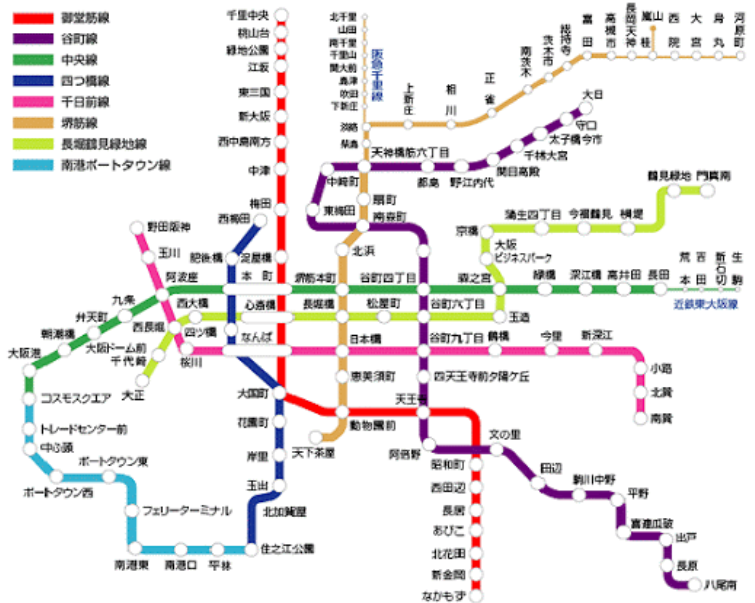
これに対し、元は湿地であり谷や丘だらけだった東京＝江戸は、皇居（江戸城）を中心に放射線状に道が走っている。

地下鉄は当然これに沿っているので、曲がりくねったルートになり、接続駅も地形に沿った不規則な場所になる。このため、東京の街で地下鉄を最大限活用しようと思うと、ほぼすべての路線を暗記していないと最適なルートは割り出せない。

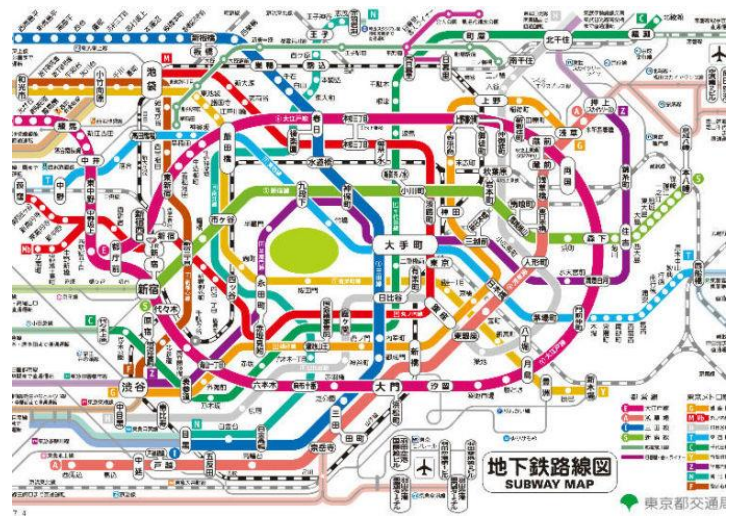
各筋と中央線と千日前線、長堀鶴見緑地線とJR環状線を覚えておけば中心部はわかりやすい大阪とは違う。このあたりが大阪の大きなメリットといえる。

(吹田支部 O・H)

地下鉄路線図（大阪）



地下鉄路線図（東京）



〈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。奮って応募してください。（広報部）