

第79回

松村断酒学校

特集

発行所

高知県断酒新生会

高知市若松町215

TEL(088)883-7925

発行人 二神 啓通

編集 松村断酒学校
事務局

第79回松村断酒学校が5月9日(土)、10日(日)、高知県長岡郡本山町、プラチナセンターで開催された。高知県断酒新生会運営、中国・四国ブロック各断酒会協賛。ご来賓として、衆議院議員・中谷元氏、本山町町長・澤田和廣氏、高知県立精神保健福祉センター所長・山崎正雄氏、医療法人社団光風会三光病院理事長院長・海野順氏、公益財団法人正光会理事長・渡部三郎氏、医療法人社団吉田会吉田病院医師・吉田玲夫氏、高知アルコール問題研究所相談役・下司孝之氏が参列され、励ましのお言葉をいただいた。

「体験談に始まり体験談に終わる」断酒学校の原点に戻り、



一人でも多くの入校者に発表してもらうために、司会の皆さん(四国・中国ブロックの会員有志)は何度も入念に準備され、結果、大多数の参加者の体験談

を拝聴することができた。9日には分科会(家族会、虹の会、アメシスト、シングル)も行われた。昭和40年から始まった断酒学校は、今回61年目の開校となった。「断酒に卒業はない」といつて何十年も通っておられる方たちから、「松村へ行けば酒が止まる」からと、先輩に連れられて参加された断酒1年生の方たちまで、体験談のシャワーを浴びて、沢山の学びがあったようだ。参加者からは、『断酒会の命は例会です。例会で語られる体験談こそが宝だと聴きました。その原点を松村断酒学校で学んで来たと思っております』、『松村断酒学校のス

で放たれる言葉の中で、何よりも心に深く刺さるのは「家族の言葉です。」と感想を伺った。全国より200名を超える仲間が集い、寝食を共にして、ひたすら体験談に没頭した2日間、最後に連鎖の輪で来年の再会を誓い合った。

参加者・医療・行政25名、一般24名、会員家族154名、総計203名

第80回松村断酒学校・令和9年5月8日(土)、9日(日)開校予定

(嶺北支部 橋本 和明)



体験談

松村断酒学校20回目の入校

愛西断酒会 阿部 孝義

松村断酒学校に入校して早や20回目になります。福井断酒新生会に入会して京都府断酒平安会への移籍、そして現在愛西断酒会に所属させて頂いております。

断酒出来ない私が少し酒を止めて来たのが、松村断酒学校でした。入院をしていない私は断酒会の意味、体験談の重要性が分からないままの例会参加でしたから「心ここにあらず」、ただ参加すれば家族が安心する、自分の為ではなく家族の為の例会出席でした。酒を止めるつもりもなく時が過ぎれば家族も忘れてくれる、体験談を聴く度に思う事は「オレはそこまで行っていない」と思う否認の心でし

た。何度となく繰り返し返す再飲酒、入院をしていない私は3ヶ月間の安心感さえ家族に与えていない最悪のアル中だと反省する事が出来るようになったのも、松村断酒学校に入校して考えが変わったと思っております。

1回目の松村断酒学校はJRで京都から岡山を経由して大杉、大杉からバスで向かいしました。緊張していたのも思い出されます、学校でどんな断酒勉強をするのか、聴ける先輩もいませんでしたから、筆記用具を準備して行った事を思い出します。バス停で大阪の断酒会員さんと一緒に「お兄さんも松村断酒学校に行くか？」と「この医療機関の方ですか？」と聴かれ「違います、私はアル中です」と間違われた事も思い出の一つです。バスのなかで断酒学校の内容を聴くと2泊3日体験談を聴き続けるだけと言われ、学校で先生からの指導教育があると思っていた私は肩を落

とした事も思い出です。

本山プラチナセンター会場に着くとビックリ、600人を超える参加者が、北海道から沖縄まで日本全国の断酒会員が参加、圧倒される雰囲気の中で会場に入ると京都の先輩が「阿部君！」呼んでくれて席の確保が出来ました。すると大柄の声の大きい方が「初めて見る顔だね？どこから来たのか？」と聴かれ、「福井断酒新生会の阿部」ですと答えたら、「福井からよく来た、今から各県の方（代表に近い）を紹介してやる、ついて来い！」と怖そうな先輩が津山の金本さんでした、沢山の先輩を紹介して頂きましたが、名刺50枚程しか持つて行っていないので、「すみません名刺がありません」と言ったら「おまえさん、何しに来たんじゃ？断酒会で顔を売る事が断酒に繋がって行くのだ！」と怒られました、3日間私に沢山の先輩を紹介してくださり、150枚近い名刺が頂きました。（宝です）

宿泊先が町立本山小学校の体育館、四国中国の会員さん以外の宿泊先ですから、300名程で体育館がビッシリ、舞台の上まで布団を敷いて寝る状況で、災害時を経験した気分でした。（弁当も現場の赤い二重箱）

就寝しようと布団に入ると、徳島の大先輩が22時頃に、いきなり「寝るな！何しに学校に来たんじゃ！夜話して仲間との交流を楽しめ！」と体育館を駆け回り、夜話に参加させて頂くと例会では聴けない内容、話せない内容が飛び交う体育館の夜を満喫させて頂き、仲間との交流が深まりました。夜話で一夜を過ごしたのも研修会断酒学校で出来る楽しい時間だと今は思っております。（寝不足続き！）

体育館の退所の時には全員で布団を片付け、その後、毎年恒例の床のモップ掛け、札幌の優しい山本さんの号令で「一列に並んでください、行きますよ！」の号令で7名程の会員さ

んが一行になつて床掃除を「列を乱すな、一列に並べ、前にでるな！後ろに下がるな！」と、山本さんの号令が懐かしいです。

ここまで初入校事の断酒学校の思い出を書かせて頂きました。

さて、断酒会の命は例会です。例会で語られる体験談こそが宝だと聴きました。その原点を松村断酒学校で学んで来たと思っております。2泊3日の長丁場が醍醐味だったと今では思っていますが、初回は「二度と来ない」「シンドイ」と、それが体験談が始まると会場の空気が一気に変わり、先輩仲間・ご家族が壇上から体験談、家族本人の生々しい凄まじい、そして惨めだった過去を赤裸々に語られる先輩仲間の姿に感銘し共感が出来、涙そして笑いのある時間を共有出来た事をしっかりと思い出しますとともに、ここが原点、断酒継続の原点だと実感させて頂きました。



飲酒運転事故を繰り返し、多額の借金、単身赴任で家族の目の届かないところでの数多くの酒害を振りまき、断酒会に繋がりましたが否認が強く、弱い自分が断酒継続が出来なかった事を振り返り再認識出来ました。

「断酒会は自分探しの旅！」
と言っていた先輩がいました。体験談を聴き自分を振り返る、

そして体験談を語り、「あの場所には戻らない」と自分自身に言い聴かしている今があります。

「断酒会は例会が命、体験談が宝」と教えて頂きました。断酒学校で聴く体験談は特に厚みがあり、ここを打たれる内容を聴き繋がりが続けた自分がいます。

これからも松村断酒学校には継続参加させて頂きます（毎年留年の為）。

いつかその日が来る日まで！

第79回松村断酒学校

京都府断酒平安会 山根 義孝

私令和8年5月9日（土）、10日（日）の2日間の日程で第79回松村断酒学校が開校されました。私達は五月晴れの空の下、9日の11時頃に会場となる本山町プラチナセンターに到着しました、既に全国から多くの仲間が集合されており会場内では再

会に喜び合う声や、お互いに元気である事を確かめ合う朋友仲間の姿そして壇上中央には故松村春繁様の大きな顔写真のパネルがあり、歴史を感じる松村断酒学校ならではの独特の雰囲気と熱気で包まれながら開校式が始まりました。私は去年に続き2回目の入校で断酒歴4年目です、初心を忘れかけていた時期でもあり、そんなタイミングで松村断酒学校に入校できて良かったと思えました。

研修会では家族の体験談を聴き、自分が過去にやってきた事、妻や家族に対して迷惑をかけた事、高校生の時には何度も問題を起こし学校まであやまりに行ってくれた母親の事、アルコール依存の父親と大喧嘩した事、酒で亡くなった友人の事など、体験談を聴くことで過去の自分が鮮明に思い出されます。本当に反省する事ばかりでもう二度とあの様な自分には戻らないと改めて決意ができる自分があります。

私は5年前に京都の専門病院から「お酒を止めないと死にますよ、自分1人では断酒はできません。自助グループを紹介するから直ぐに入会しなさい。」と言われて平安会に入会させて頂き今の自分があります。本当に皆様のおかげで断酒できている事に感謝しながら受講させて頂きました。

分科会（虹の会）では、色々とハンディキャップがある中で体験談を語られ、力強く明るく前向きに生きておられる仲間の姿は、私に元気と勇気をいただける会です。その日は三光病院の院長先生も参加されていました。司会者からご指名をいただき私も体験談を発表させて頂きました。

私は定年後に首と腰の手術を受けましたが術後の経過が悪くその執刀医に腹が立ち酒を飲み続けた、別の日に別の病院に行き術後の診察を受けたところ「痛みと痺れは完治しない手術ミス」と言われてその医者に腹



が立ち酒を飲み、その医者に「この件で裁判しても100%負けます」と言われて腹が立ち酒を飲み、整形外科医の二人に腹が立ち酒を飲み続けた、やり場の無い怒りで酒を飲み続けた、病院で処方された薬よりも酒の方がはるかに痛みや痺れに

はよく効いた、そのために酒を飲み続けた結果、私は依存症になってしまった、だから私は整形外科医二人によってアルコール依存症にされた、私は何も悪くない全て医者が悪いと言った内容の体験談です。三光病院の院長先生は私の体験談に耳を傾けてくださりました、そして私に丁寧な説明をしていただきました、あの様な丁寧な説明は今まで受けた事はありませんでした、5年も悩んでいた私の中のモヤモヤが一つ解決できて良かったです。私は院長先生からのお言葉を宝に今後も断酒継続して行きます。本当に院長先生に感謝申し上げます、松村断酒学校に来て良かったと実感しました。「虹の会に参加すると元気をもらえる」と誘ってくださった平安会の会長にも感謝です。

2日目の研修は（母の日に因み）松村断酒学校の恒例行事のカーネーションプレゼントから始まります。普段お世話になっ

ている方に「ありがとう」を言葉で伝え感謝を表わしカーネーションを手渡すイベントです、私は去年と同じ滋賀県断酒同友会の方にカーネーションをプレゼントさせて頂きました。その方と私は断酒歴もほぼ同じ年数で、年代もほぼ同じですが私と違い、いつもパワフルに研修会や記念例会に参加されている素敵な方です、来年もその方にカーネーションのプレゼントが出来れば嬉しいです。

その為には、お互いに健康で毎日を過ごす事の大切さを深く感じました、一日一日を大切に断酒継続で頑張っていきたいと思えます。

私は2日目の松村断酒学校ですが、沢山の朋友仲間の体験談を聴かせて頂きました、やはり我々の治療は断酒以外に何も無い、自分一人で断酒は出来なかったから断酒会に入り、体験談を聴きながら仲間達と支え合う事で酒害回復への道に繋がる普通の生活ができる様になった

私、今後は酒害に苦しんでいる人に寄り添いながら一人でも多くの方がアルコール依存の生活から立ち直れる様に協力しようと思います。断酒は勿論ですが今後の自分の生き方まで考える事ができました。

松村断酒学校で多くを学ぶことが出来ました、本当に感謝です。



す。閉校式も無事終了して、私達は故松村春繁様のお墓参りを済ませて帰路につきました。

今回も松村断酒学校の開校にあたり、お世話になった高知県断酒新生会の皆様、準備運営に関わられた皆様に感謝申し上げます。

聖地・松村断酒学校

大和つくし断酒会 齊藤 貞雄

全日本断酒連盟の発足から62年。その歩みの中に刻まれた数え切れないほどの物語に想いを馳せながら、今年もこの場所へと帰ってきました。断酒会の生みの親、松村春繁氏の精神が今なお色濃く息づく『松村断酒学校』。私たちにとってここは、単なる学びの場ではありません。己の魂を見つめ直し、原点に立ち返る「聖地」とも呼べる場所です。

新緑の爽やかな風に包まれ、全国から集った仲間たち。初対

面の出会いも、時を経ての再会も、交わす言葉の一つひとつが乾いた心に深く染み渡ります。お酒を断ち、新しく生き直す道は決して平坦ではありません。けれど、同じ痛みを分かち合い、共に前を向く仲間の存在があるからこそ、私たちは再び歩き出すことができるのです。

■「家族も幸せにならんといいんのじゃ!!」

松村断酒学校のステージで語られる体験談。そこで放たれる言葉の中で、何よりも心に深く刺さるのは「家族の言葉」です。かつて家族が抱いた底知れぬ苦しみや悲しみ。時には「殺意」さえも芽生えてしまうほどの、出口のない絶望感。酒害者は、その生々しい告白に触れて初めて、自分が背負わせてきたものの重さに気づかされます。

そして家族もまた、同じ地獄を見てきた仲間と出会うことで、「自分だけではなかった」と孤独から解放され、歩き出す勇氣を得るのです。断酒会は「家族

の回復」を決してあきらめません。断酒は本人が酒を止めるだけのものではなく、傷ついた家族が家族自身の人生と笑顔を取り戻すためのプロセスでもあるからです。

「家族の回復に心を砕くこと」。それが巡り巡って、本人の真の回復へと繋がっていく。尊敬する先人が残した魂の叫び——『家族も幸せにならんといいんのじゃ!!』という言葉を、私たちは片時も忘れてはなりません。

■「沈黙の殻」を破り、絶望を灯火へ

松村断酒学校のステージに立つ一歩は、これまでの自分を包んでいた「沈黙の殻」を破る一歩です。まばゆい光の中に立ち、あえて自らの傷跡をさらけ出すこと。それは、過ぎ去った嵐の日々を「恥」から「誇り」へと書き換える、聖なる儀式のようなものです。

独りで抱えていた時は、ただ重く暗いだけの過去でした。け



れど、震える声で語られる言葉は、不思議な魔法を帯び始めます。仲間の「かつての絶望」が、今まさに暗闇にいる誰かにとつての「確かな灯火」へと姿を変えるのです。

語ることは、自分を許すこと。そして仲間の物語に耳を澄ませることは、孤独の鎖をほど

くこと。

「私だけではなかった」

その一言が会場に溶け合い、見えない糸で結ばれるとき、断酒という道は苦行ではなく、共に歩む喜びへと変わっていきま

す。このステージは終着点ではなく、新しい自分と出合い、仲間と「生き直す」ことを誓い合

う、再生の出発点なのです。■一本のカーネーションから始まる「断酒幸福」

開催日となった5月の第2日曜日。世間が「母の日」に沸く中、ここ松村断酒学校では、何よりも尊く温かいセレモニーが行われました。「家族へのカーネーション贈呈式」です。

かつてお酒によって傷つけ、苦しめてしまった家族へ。照れ臭さを堪えながら、あるいは溢れる涙を拭いながら、真っ赤な一輪を手渡します。

「あの時は、本当にごめん」

「見捨てないでくれて、ありがとう」

添えられる言葉は、決して飾

られたものではありません。その人だけが知る苦しみと、その家族だけが耐え抜いた夜を越えてきた、魂のメッセージです。

今はまだ、手にあるのは一本のカーネーションかもしれませ

ん。けれど、松村断酒学校への参加を重ね、一日一日の断酒を積み重ねるたびに、その花は2本、3本と増えていきます。積み重ねた年月の分だけ、その手の中の花はいつしか、色鮮やかな「断酒幸福」の花束へと変わっていくのです。

この2日間で結ばれたのは、目に見えない「断酒新生」の強い絆。過去を悔いるのではなく、今を共に生きる喜びを分かち合う。その温かな繋がりに支えられ、また新たな一步を刻んでいこうと決意を新たにしています。

く色づいていくことを願ってやみません。

岡山県断酒新生会 倉敷支部

石原 久範

令和8年5月9日10日の2日間、第79回松村断酒学校に参加させていただきました。昨年に続き2回目の参加です。昨年は初参加で、どんな研修になるのだろうかと興味深々でした。期待通り中身が濃く、満足と感動の連続でした。特に、就寝は体育館で童心に返った気分が印象に残っています。また、酒害体験の発表は、「そーじや、そーじや、僕もそーじやった」の連続で、来年も絶対に参加しようと帰宅しました。

そんな事で今年の松村断酒学校参加は、また感動を味わいたくて、とても楽しみで、期待一杯で参加しました。でも結果は、人生の記憶の中でも絶対に忘れる事の出来ない松村断酒学

校になりました。

私の家は岡山県岡山市で、断酒学校の会場までは約130キロです。天気も良く移動道中も楽しもうとバイクで行く事にしました。これが悲劇の始まりでした。2日間の研修を終え、去年出来なかった松村春繁先生の墓へ墓参りをして、満足をしなから一般道で帰路に着きました。徳島県池田町に入った所のカーブを曲がり切れずに、時速60キロで、側道に乗り上げ、見事に転倒しました。頭の左側を強打し、硬膜下出血、脳震盪を負い、更に左鎖骨粉砕骨折、左肋骨骨折、左肺に気胸も負いました。

目撃者が救急車と警察を呼んで下さった様です。本人は脳震盪から事故当時の記憶は全く無く、未だに記憶が戻っていません。どうして転倒したのかはわかりません。警察が言うのに、カーブで僕が車に煽られていたとの証言があったと言っていました。多分、煽られてスピード

オーバーとなり曲がり切れずに側道に乗り上げて転倒した様です。時速60キロでの衝撃は、ピルの5階から落ちたのと同じ位のダメージを身体が受けており、80パーセントの確率で死亡するか身体が自由に動かなくなっても不思議ではない事故でした。そのまま徳島県立板野病院の脳外科病棟へ9日間の入院となりましたが、色々と考えさせられました。何故死なずに生かされたのか？とか。また、病棟は脳外科病棟で、脳の病気で入院している人ばかりで、自分の意思表示が出来ない人や寝たきりの人、半身不随の人と9日間生活を共にしました。生かされていく有難さ、健康の有難さ等々を考えさせられました。世の中、生きたくても生きれない人が沢山いるなか、アルコール（合法麻薬）を自らの意思で吞み続け身体を壊す、家族や世の中に酒害を与える等、病気とは言え、アルコール依存症の治療や断酒をしていない人に対して



は、積極的にアプローチして行政・医療機関・自助組織に繋げる活動をしていきたいと気持ち新たにしました。当然、自分の断酒活動も真面目に行います。

世のため人のために何かの活動したい気持ちです。

断酒の誓いにある5番目「私

たちは家族はもとより、迷惑をかけた人たちに償いをします。」と、6番目の「私たちは断酒の飲びを、酒害に悩む人たちに伝えます。」が、まだまだ出来ていないから生かされたのかなあと思っています。そして、4番目の「私たちは自分を改革する努力をし、新しい人生を創ります」実践します。そんな境地に至っています。

今は鎖骨の手術も行い、車の運転が出来るまで回復しています。生かされて良かったと毎日感じています。

そんなこんながありました。今年の松村断酒学校の参加を終えることが出来ました。

交通事故・入院・手術と一度にいろんな事がありました。これからの残された時間を有意義にするため人生観を考え直す切っ掛けとなる松村断酒学校となりました。

高知県断酒新生会の皆様、運営に携わられた皆様、本当にあ

りがとうございました。
来年も必ず参加させて頂きま
すので、よろしく願いしま
す。

ワクワクの

松村断酒学校初参加

今治断酒会家族 安部 理智

酒害者である夫が断酒して、
17年経ちました。

今回、初めての松村断酒学
校。迷ったときは参加する！仕
事や介護で疲れてしんどいな
くと思っても、例会出席して家
に帰るときは清々しい気持ちに
なってる。

よし！今回は1人でも行く
ぞ！そう決めました。

私の住んでるところはしまな
み海道の間にある島で、海に囲
まれています。本山町は山の中。
澄んだ空気ときれいな川が流れ
てて、とてもステキなところだ
した。

1人での参加なので、不安も
ありましたが、会場内、宿舎、

どこでも仲間が声をかけてくだ
さって、楽しさの方がはるかに
上をいつてました。

壇上で、体験談もさせていた
だきました。緊張で、うまく話
せなかったことだけは覚えてま
す。

毎日、飲んでるか、寝てる
か。いつも泥酔状態の夫が酒気
帯び運転で捕まって、アルコー
ル専門病院に入院させたけれ
ど、退院して、再飲酒。もっと
ひどい状態になって、もう、ど
うすることもできん！離婚しよ
う。そう決めて、話し合いをし
たときに、娘が、もう一度病院
に行つて前のお父さんに戻つて
ほしい。と言いました。しばらく
考えて、わかった。もう1回
入院する。と、言つて3か月の
入院。退院してから、島の中に
ある断酒会に入りました。ご家
族の体験談で、嫌いだつたら
ほつとけるけど、大切に思つて
るからこそほつとけないんだと
言われてました。娘がお父さん
のことを諦めないでいてくれた

から、今があります。ほんとに
感謝しかないです。

たくさん体験談を聞かせて
いただいて、家族も、酒害者本
人もつらい思いをされて、改め
て、断酒の大切さを確認しまし
た。

夕飯に美味しいお弁当をいた
だいて、宿舎に移動。家族会に
参加しました。体験したことは
それぞれ違うけれど、同じ思い
をしてきて、うなづいたり、泣
いたり。笑うことができるよう
になったのも断酒しているおか
げだと、ここでもしっかりと確
認することができました。家族
会が終わって、1日目の研修が
終了です。宿舎の各部屋に移動
して就寝の準備です。呉みどり
断酒会の方たちとご一緒させて
いただきました。

大きなきれいなお風呂に入っ
て、夜の本山町の澄んだ空気を
すつて、心地よさに浸りまし
た。そして、遅くまでいろいろ
な話をしました。興奮して、な
かなか寝付けなかったけど、目



覚めた朝は少しひんやりして、
とても気持ちよかったです。身
支度をすませたら、荷物を持っ
て、迎えのバスでプラチナセン
ターへ。朝ごはんのお弁当をい
ただいて、美味しいコーヒーも
飲ませてもらつて、2日目の研
修の始まりです。

感謝の気持ちを込めて、カーネーションの贈呈式が始まりました。いつも思ってもなかなか口には出せない感謝の気持ちを、恥ずかしそうにお話しされて、受け取る側も恥ずかしそうです。でも、うらやましかったです。私は初めてなので、様子もわからなくて、見てるだけでした。でも、後で愛媛の会員さん

に、おねだりしちゃいました。私も欲しい！って言ったら、もちろん！もらってくるよって。もらったカーネーションは飾ってあります。

来年は夫と一緒に参加して、夫から、カーネーションもらいたいと思います。

夫はいつも、感謝してるけど、言うとうちの嫁はつけあがるから、面と向かつては言わないって、例会で言ってたそうです。娘にはいっぱい感謝してるそうです。断酒してる夫もほんとにすごい！と思ってます。うちの夫は褒めると伸びる

タイプなので、しつかり褒めて伸ばしたいと思ってます。

最後の研修での体験談をしっかりと身体に染み込ませました。

みなさん留年されたとのこと、また、来年も参加します！と力強く連鎖握手をして、閉校となりました。

帰りにお弁当をいただいて、また来年お会いしましょうと声をかけていただきました。

帰りにはご褒美にソフトクリームの食べて帰るんよ。愛媛のワンナイトのときのソフトクリームは、雪降ってて、寒かった。って、笑いながら話してくれたご家族の笑顔が大好きです。飲酒当時はつらくて苦しくてしんどくて、どうしたらいいかわからず、悩んで、悩んで。やつとのことで辿り着いた断酒会。ここで、救われた。少しづつ回復できていると思います。そんな、同じ思いをしてきたけど、今は笑顔で、話すこともできる。そんな、ご家族の方たち

とご一緒させていただいて、ほんとに楽しい学校でした！ありがとうございました。私は帰りに新宮村で抹茶ソフトを食べました。

準備から、すべてのことに気を配っていただいて、開校してくださった高知県断酒新生会の



皆様、ご家族のみなさま。すべての皆さまに感謝です。本当にありがとうございました。また、参加させていただきたいです。お世話になりました！

広島断酒ふたば会 増谷 安則

松村断酒学校への入校は、広島断酒ふたば会に入会した2002(平成14)年が最初です。仕事の都合で入校できなかった期間も長くありましたが、入校できた際の松村は、ひたすら全国からの参加者の体験発表に耳を傾け、自分のこれまでもを考える場所でした。

初入校時に体験発表の機会があり、今回、24年ぶりに壇上に立たせてもらったことから、今年の松村は、ふたば会を中心とした自らの断酒会での歩みを、静かに振り返る貴重な機会となりました。

半世紀前のこの国には、人権や民主主義、平和への願いが大切にされない社会や政治に憤る若者が無数にいました。その1人だった私は、高校生の頃からそういう活動に参加し、大学を卒業してから数年教員をした後、請われて社会変革を目的とする今の仕事に携わるようになりました。

自分の選んだ生き方にそうものでしたから、自らの意志で仕事に全力を投入し、土曜も日曜もない、盆も正月もない日々を送りましたが、そういう私にとつての酒は、深夜、早朝に帰宅する自分を、その後数時間の眠りにつかせるための、いわば睡眠導入剤でした。

20代半ばで結婚し、子どもができて、このような父親の役割を放棄した日々が続きました。まだ私がアルコール依存症にはなっていないかった頃のことですが、当時小学校6年だった長女から、「お母さんはお父さんの悪口を私らにいつぱい言

う。お父さんは、それをどう思うのか」と、真剣な眼差しで問い詰められたことがありました。

たまたま日曜日に在宅していた時のことでしたが、その問いには口籠るしかなく、まずいとは思いつつも、積み重ねた仕事と負った責任から、その後も私の日々の生活の流れは変わらず、深夜の一人酒が始まって四半世紀近くが過ぎた48歳頃から、ついに、飲んではならない時間、朝からの飲酒欲求が抑制できなくなりました。

しかし、仕事へのこだわりと、自分の破綻した状態を知られたくない思いから、そういう異常な状態を周りに告白することなく時間だけが過ぎていきます。そして、最終段階では、常に体に酒があり、食事もまともに摂れなくなりました。思考能力が急激に落ち、少し前までは普通にできていた文書の作成が簡単にはできなくなる、といった状態に陥るようになりまし

た。

それでようやく仕事から離脱して医療につながり、アルコール依存症と診断されて、断酒会に行くことになりましたが、それですぐに酒が切れたわけではありません。理由の1つは、すぐには、自分の状態をアルコール依存症と認めるに至らなかったことです。この病気への偏見に、私もとらわれていました。

それでも促されて広島断酒ふたば会に入会し、いやいやながら例会に出ていた時期に、一緒に参加してくれた当時大学生だった次女は、指名されて、私の異常な状態については何も語らず、「お父さんがどう生きてきたかを知りたい」とだけ言いました。子どもはたえず親の状態を注視しているのだということとを改めて痛感し、この問いには答えなくてはならないと思いました。

その後、酒を完全に断つために専門病院に入院し、アルコール依存症関連の書籍に接するこ

となどして、この病気への認識を新たにしました。退院し、ふたば会に再入会してからは、例会に通って体験談を聞きながら、自分はどう生きてきたのか、アルコール依存症になぜなったのかについて考えてきました。

こうして、かけがえのないたった1回の自分の人生を振り返ることは、自分の生き方が、同様にかけがえのない妻や3人の子どもの人生に、どんな困難をもたらしたかをかみしめることに直結するものでした。最後まで酒を飲みながら仕事をしましたから、多くの人へかけた迷惑をかみしめる機会にもなりました。

性別や年齢の違いを超えて多彩な体験談に接することのできる松村など、各地での学校、研修会、通常の例会で、入会以来聞いてきた体験談は10万回ぐらいいはなるでしょうか。その多くは、どう生きるかを考えさせるものだったと思います。

最近の例会、研修会で、とりわけ学び、生かす必要があると感じるのは、いまだに男尊女卑の考え方の根強い日本社会の実態を反映した女性酒害者の体験談です。家族は単なる協力者ではなく、その位置付けを、ともに回復していくべき存在に高める必要があると感じています。

体験発表の際に壇上から見た風景の、初入学時と今回の最大の変化は、入校者の大幅な減少です。入校定員の減などもあるものの、あつての酒害体験に接し、生きる意味を考へることが出来る場という、この社会のなかでの断酒会の存在価値は、大きく

なるばかりです。

微力ながら、今後もその一端を担い続ける決意を表明し、松村断酒学校開校へそがれた関係者の皆様のご苦勞へのお礼を述べて、感想とさせていただきます。ありがとうございます。



松村断酒学校に参加された當眞さんご夫妻がその足で新生会の例会にも参加。心に響く体験談を聴かせてもらう事が出来ました。

断酒学校告知

第80回松村断酒学校

日時 令和9年 5月8日(土)・9日(日)

場所 本山町プラチナセンター

※皆様のご参加を心よりお待ち申し上げます。 松村断酒学校事務局

お知らせ

第63回 全国(兵庫)大会

日時 令和8年 10月11日(日)

場所 神戸文化ホール(大ホール)

ご本人や家族の方で
お酒に悩んでいる方はいませんか？

※ 高知県断酒新生会例会案内（お気軽にご参加ください。）

毎月開催日	時 間	場 所
第四日曜日	十九時～二十一時	佐川町総合文化センター
第三月曜日	右に同じ	南国市地域交流センターみあーれ！
第二・五 火曜日	右に同じ	県断酒新生会事務所 （高知市若松町二一五）
第四火曜日	右に同じ	安芸本町コミュニティセンター
第一水曜日	十九時～二十時四十五分	県断酒新生会事務所 （高知市若松町二一五）
第二・三・四 水曜日	右に同じ	高知市東部健康福祉センター （但し、祝日の場合は県断酒新生会事務所）
第二・四 木曜日	十三時～十五時 （昼間例会・相談）	県断酒新生会事務所 （高知市若松町二一五）
第三金曜日	十九時～二十一時	高知市瀬戸西町公民館
第一土曜日	右に同じ	土佐町農村環境改善センター
第二土曜日	右に同じ	香南市のいちふれあいセンター

NPO法人高知県断酒連合会Zoom朝例会のご案内

毎月2回、原則第1、3日曜日、午前7時より9時まで2時間のオンライン例会が行われています。参加希望者は次の宛先へメールで「参加希望」とお申し込みください。

●NPO 法人高知県断酒連合会 danshu.kochi@gmail.com

◆本例会は顔出し・本名での参加をお願い致します。匿名参加はできませんのでご了承ください。

新生会のホームページをリニューアルし、令和8年7月15日より 下記URLへ移転しました。（家族会は変更ありません）

例会スケジュールは急な変更もございます。
当ホームページ「お知らせ」でご確認ください。

●新生会ホームページ
<https://kochi-shinseikai.com>

●ご家族のための家族会ホームページ
<https://kochi-kazokukai.blogspot.com>



断酒新生会 HP



家族会 HP