

新年、あけまして
おめでとうございます

2023(令和5)年1月1日発行 No.239

編集・発行 事務局・広報部

<https://kz925.com/dansyu>

新年の挨拶

令和五年 元旦

吹田市断酒会

辻本 武

新年あけましておめでとうございます。コロナ禍の影響も四年目になりましたが、依然として先の見えない状況が続いています。

私達アルコール依存症患者には例会出席、一日断酒の継続だけが回復と維持に必要な事と、肝に銘じて今年も活動して参りましょう。

コロナ禍の影響もあり、断酒会活動も衰退している状況ですが、今年10月15日東京での全国大会、来年10月13日大阪での全国大会が予定されています。これを契機に会員数の減少を食い止め、回復に転じたいと考えます。

また、再来年の5月になりますが、吹田市断酒会創立五〇周年記念大会の開催を予定しております。断酒会活動に皆様の更なる御協力をお願いいたします。

本年の行動目標として、

初心に戻る事、断酒会に繋がれたことを人生最大の幸運な事と心から感謝し、体談を聴いて、話して、繰り返し真摯に過去の反省を行えるよう努力します。

「忙しい」「疲れた」「面倒だ」「話す事がない」等々の我執を極力抑えて、生活の基本に断酒会を置き続けられる様、日々生活していきます。

引き続き、断酒会行事には積極的に参加していきます。

酒害に悩む人を一人でも減らせる様、断酒会の更なる前進と、会員、ご家族の皆様の「多幸と」健康を祈念して新年の挨拶といたします。

本年もどうぞよろしく願います。



2023年 私のひとこと

～ご協力いただいたみなさん、ありがとうございました～

● 枯れ木も山の賑わい。賑わいとはおこがましいし、厚かましくもあるので、一枯木として例会出席。(吹田支部・A・T)

● 昨年二月に父が亡くなり、何もかもやる気がなくなりました。「日にち薬」と家族の方に言われ、ようやく生きる気力が出てきた様です。本年は、新たな自分になろうと思います。(吹田支部・A・D)

● 今年も一日断酒継続。(心機一転京都神社仏閣巡りも継続していきたいです)すし、新たな自己を見つめ直して、清い心で笑顔を絶やさない一年をすごしたい。(吹田支部・I・S)

● 昨年春断酒会に入会してから、以前より自分の心の弱さと強く向き合う日々が始まりました。自分を探す旅です。今年も仲間のみなさんの言葉を聴き、自分を考え続ける年にしていきます。(南千里支部・I・Y)

● 一年を、落ち着いた静かな気持ちで過ごせたら、と思います。(吹田支部・O・K)

● 今年は退職してからの時間の使い方

が少し慣れてきました。来年は時間を有意義に使い、断酒活動に努めたいと思います。(吹田支部・O・H)

●断酒を続ける。例会も参加回数を増やす。(吹田支部・O・H)

●断酒会通いを継続したい。継続は力になるから。(吹田支部・O・H)

●元も子もなくなる話 ○折角、たくさん犠牲の上に築いた平和が一触で。○せっかく始めて継続中の断酒が誘惑に負けて。一時の。○元も子も大切に。一途に。(吹田支部・O・T)

●「反省、感謝、報恩」。常に謙虚であることを忘れず、例会出席、一日断酒がんばります。(南千里支部・K・Y)

●みなさまの暖かいご支援を受けながら、断酒九年を終えました。次はあと一年一年と粘り強くがんばっていききたいと思えます。今年もよろしくお願ひ申し上げます。(南千里支部・S・H)

●断酒丸九年を迎えた夫は、現在要介護2となり、週五日のデイサービスが日課となりました。夫の依存症に振りまわされた日々が遠い昔のように思えます。夫は昨年二回もコロナに感染しましたがが無事回復し、断酒のお陰で夫婦二人穏やかな老後を送っています。

例会には参加できませんが、今年もよろしくお願ひします。(南千里支部・S)

●初心を忘れずに「一日断酒」[例会出席]でがんばります。(南千里支部・T・H)

●昨年も断酒継続ができました。本年も基本の例会出席で断酒継続を行います。(吹田支部・T・T)

●新しい年をむかえ、初心に帰り例会をたいせつに出席していきたいと思ひます。(吹田支部・T・S)

●今年あたり年です。ボケないうちに、歩けるうちにやりたい事、行きたい所へ行けるような年になればと思ひております。(南千里支部・D・S)



恒例、辻本会長作品です

●「断酒継続」にあぐらをかかずに、飲酒はすぐ隣に有ると意識できるようにしていきたい。(吹田支部・N・K)

●仲間に来ていただくには、こちらから例会参加を……。五〇周年に向けても、できるだけ参加したいと思ひます。(吹田支部・N・T)

(吹田支部・N・T)

●昨年断酒を始め、無事一年間継続することができました。今年も継続させていきたいので、例会に出席し、一日一日を積み重ねていきます。(吹田支部・H・M)

●残り少ない人生。断酒に全力をそそぐ。(南千里支部・H・K)

●今年も二人で体につけて、断酒の道を進めるように、命のあるかぎりがんばります。(南千里支部・H・K)

●「人は失敗を誰のせいにもせず、事象として捉え、自らも責任の一端を自分で担う、そのことによりとっさに使われない脳の回路が出来、使うべき回路を正しく絞ることで、その後の直観的な判断を間違わないようになる。」と昨年の暮れに学びました。酒害の全責任は己にありと体験談を繰り返すこと



は、脳科学上も有効な生き方だと再確認しました。(南千里支部・M・N)

●今年一年、断酒の一年にしていきます。一日断酒を積み重ねていきます。(吹田支部・Y・H)

●明けましておめでとうございます。一日断酒を継続して、一年間断酒をしていきます。(吹田支部・Y・S)

●断酒会参加五年で平穏な日常に感謝しています。飲酒期の家族の方々の辛苦のお話は、飲酒本には想像もしなかつた初めて知る、自分の形態や暴言に驚くようです。家族会の存在価値はたいへん大きいと思ひます。(吹田支部・Y・K)