

学校に行ったら先生に呼び出され、叱られる事が多かったです。

やっと中学校を卒業し、鉄工関係の仕事に就き頑張っていました。その時の親方が酒が好きで、一緒に食事に行くとお前も飲めば…」と言われて、酒を飲んでいました。

最初の頃はまずくて戻したりしていましたが、段々と戻さなくなり、会話が苦手だった私が、酒を飲むと会話がすんなり出来ていました。これが酒の力だとはその時は思いませんでした。

結婚をして子供も生まれ、仕事もし、生活をしていました。段々晩酌の量が増え、次の日にも酒が残る事もありました。色々あって離婚しました。二十三才の時です。当時、個人の会社をしております従業員、下請けの人達もいて楽しくやっていたと思います。仕事の付き合いで酒もよく飲みました。二十八才の時に二度目の結婚をしました。当時、仕事のストレス、お金に関してのストレス、元請けの倒産、なんとも無茶苦茶でした。酒を飲む事しか無くなり、仕事もやる気が無くなり、借金が増え無茶でした。嫁もアパートから出て行き一人で酒を飲んでいました。

外にも出れない、出る時は酒を買いに行く時だけ、家にひきこもりました。小学校の時から友人が心配してくれ、林病院に連れて行ってくれました。そこからが林病院との付き合いの始まりです。うつ病からのアルコール依存症と前田先生に診断されました。私はとまどいました。

十五回目の入院で一ヶ月意識不明となり、酒が本当に怖くなり、断酒出来たのに、岡山県断酒新生会に入会させて

いただいた四年経ちました。やっと四年、

たった四年、でも、自分なりに努力はしたと思います。二度目の嫁とも会話するようになり、娘も十一才になり、大分慣れました。仕事も頑張っています。これからも新生会から離れずに断酒継続していきます。

体験談 その三



私の酒害体験
前田 吉則
(玉野支部)

私がアルコール依存症と診断されたのは十三年前でした。仕事の部署が変わり忙しくなり帰宅時間は深夜になることが多く、休みも月二日程しか取れない状況になりました。その頃から酒量が増え、不眠が続き深夜三時くらいまでお酒を飲む様になりました、体調をくずすことが多くなり逆流性食道炎などで入院することもありました。

そんな生活が続く家族に無理やり林病院に連れていかれました。その時は精神病院ということに抵抗があり入院を勧められましたが拒否しました。それでも家族に無理矢理入院させられました。二週間無理矢理退院しました。仕事は建築業界でしたがお酒を飲む機会が多かったので退職しました。

退院後再就職しましたがお酒をやめることは出来ませんでした。アルコール依存症と診断されたので家族の前でお酒を飲むのには抵抗があり、会社の帰りにコンビニエンスストアでお酒を買い車の中で飲み、飲酒運転で帰宅するようになり

ました。隠れ飲みをするようになってからは酒量が減り問題は飲酒運転以外

はなかったです。

それでも徐々に酒量が増えていき、夜中にコンビニエンスストアでお酒を買い朝まで飲んで飲酒運転で出勤したり犬の散歩中アルコールでんかん発作をおこし救急車で運ばれたり段々とお酒の問題が酷くなっていきました。結局最初の入院から十年後二度目の入院を林病院でする事になりました。

二度目の入院は自分の意志で入院しました。今度こそはお酒を止めて普通の生活を取り戻そうと思いい入院しました。入院は三か月間でしたが、アルコール依存症について色々勉強させて頂きようやく自分がアルコール依存症という病気に治療に取り組む事ができました。

退院時、先生に反対はされましたが会社の強い要望もありすぐに職場復帰しました。半年ぐらいは禁酒を続ける事ができていましたが、ちょっとした事でお酒に手を出してしまいました。その後は仕事のストレスなどもあり酒量が増えだんたん増えていき、入院前の状態より悪くなってきました。

飲酒末期には朝起きるとお酒を飲み、仕事の昼休みに飲み、帰りの車中で飲み、連続飲酒になってきました。何度もお酒をやめようと思いましたが離脱症状が苦しくてやめることができませんでした。妻には車の力ギをとりあげられ自転車で通勤するようになりましたが、お酒を飲んで坂道で転倒し、気を失い救急車で運ばれたこともありました。

妻はもう面倒が見れないと家を出てゆき離婚しました。このままではどうにもならないと思いい二度目の入院から三年後入院しました。

三度目の入院はコロナ禍でいろいろ制限がありつらい入院生活となりましたが三カ月で無事退院することが出来ました。退院後、入院時にあまり感じなかった飲酒欲求が強くなり苦しくなりました。その時に入院中に断酒会員の患者さんに断酒会を勧められたのを思い出してすぐに支部に連絡をして例会に参加させてもらいました。

最初は一人で例会に行くのが不安もあり、怖かったですけど行ってみると先輩方に温かい声をかけて頂いてありがたかったです。すぐに入会させてもらいました。早くなじめるよう例会回りを始めました。例会で先輩方の体験談を聞かせて頂く自分もおなじ経験が多々あり、孤独感から抜け出す事ができます。特に家族の方々の話を聞くと身にしみるものがあります。まだ断酒のスタート地点に立ったばかりですが、一日断酒、例会出席を感謝の気持ちで忘れずに取り組んでいきたいと思っています。



新任職員紹介
北2病棟主任 岸田 拓直

はじめまして、この度北2病棟に主任として異動してきました岸田拓直(ひろなお)と申します。

北2病棟に配属になるのは初めてでわからないことばかりですが、少しずつ患者さん方と一緒に勉強し、アルコール依存症治療にかかわっていただけるように頑張りたいと思います。

コロナが終息し例会が再開する日を心待ちにしています。

体験談 その四

私の酒害体験



津川 雄一
(岡山東支部)

若い時からかなりの酒を飲んでいました。特に問題を起こすこともありませんでした。ただ多趣味、いや、ただの遊び人？わかりませんが、平日はパチンコ、マージャン、休日は、夏は釣り、冬には狩猟、スキーと、真面目に仕事もしながらよく遊んでいました。また酒もよく飲みに行きました。挙げ句の果てには、女性問題が発覚し離婚を余儀なくされました。その頃から飲み歩くことがより一層多くなってゆきました。しかし、以前の飲み友達、スキーといった、同じ趣味を持つていたことから現在の妻と再婚する事になりました。以前とは違い、仕事後は家にまっすぐ帰る事が多くなりました。しかし、酒の量は日増しに増えてゆきました。そして入院となる五年ぐらい前には、人からも指摘されましたが、自分でも、以前とは何かが違うと思いはじめていました。少し深酒をすると、二日酔いとは違う違和感が翌朝に感じるようになっていました。それでも飲み続けていくうちに、今思うと物事に感動しなくなっていた様に思います。又、休日に出かけていても、夕方にはそわそわし始め家に帰り酒が飲みたくなり物事に集中出来ない様になり、何かをするにも飲みながら…といった様な事になってゆきました。その頃には酒飲みの妻にも「何で今飲むん？」「何考えとん？」などと指摘

される様になっていました。しばらくすると、休日の前の日に少し飲み過ぎると、休日は、昼から飲み、ゴロゴロと言った日が多くなり、出かける事も少なくなっていく、ますます物事に感動しなくなっていくきました。子供の運動会の途中でも酒を飲み、ただ観ているだけで感動などなかった様に思う。この頃からは坂をころがる様に崩れてゆきました。職場でも「酒臭がする、また二日酔いか？」と上司からも指摘され始め、飲み過ぎて出勤出来ない日もあり、理由を持病のヘルニアとし電話連絡をすませると、これで一日飲めると思う自分がいた。夕方になり妻が帰宅するころには酩酊状態で、いつも口論になって又飲むといった日々。これはまずいと思い酒を切ろうとしても、手の震え、不眠など離脱症状、それでも耐えて禁酒するが、よく続いて一、二ヶ月。飲んででは止めるのくりかえしの末、自分で酒が切れなくなり、仕事にも行けず、家族からもシカトされる様になり、現実から逃げる様に入院することを決めた。

誰にも受け入れられない自分の居場所を見つけた様な安心感を得た様な気がしたのを覚えている。三ヶ月後に退院し断酒会に入会し、二度と飲むまいと思うが、一年を目の前にし再飲酒。二度目の入院となる。やはりこうなるのかと何故か思った。二度目の退院後は仕事もこなしながら毎日の様に例會廻りを行ない、二年が経とうとしていますし、休みには釣りも楽しんでいますが、家族とは今だ別居中。しかし反省はしていますが、あまり現実を深く考えず、過去の酒害を忘れない様振り返り、これからの人生をあるがままに楽しんでゆきたいものです。断酒したからといって、良い事はかりある

訳もないですけど、物の考え方が変わるし、飲んでいる時よりは、よっぽど人間らしく生きていける様になりました。これからも断酒継続頑張ります。

体験談 その五

私と断酒



木村 啓紀
(御津赤警支部)

私は、三年前初めて林病院に入院し、アルコール依存症と診断されました。それ以降、自分の病名を否認しながら、入院を繰り返していました。

自分が「アル中」。イメージが悪い。アルコールプログラムを受けても、自分はそのままではない、他の入院患者とは違うんだと思っていました。「少し飲みすぎたんだろう、体調が悪かったのかも」しれない、早く退院してまた一杯飲みたい」と思い、スタッフや他の入院患者とほとんど話はしませんでした。何度か入院を繰り返すうち、同年代の入院患者と少しずつ話をするようになり、酒の飲み方や考え方を話すようになりました。みんなが口をそろえて「止めたいと思っていてもやめられない」と言いました。今回は酒を止めると言って退院した患者が、数日で再び入院してきたこともあり、自分も同じようなことがあり、「あー自分も同じだ。僕もアルコール依存症なんだ」と認めざるをえなくなりました。

一昨年の年末にはけいれん発作まで起こし、家族に心配かけました。その時のことは、ほとんど記憶にありませんが、

このままではいけないとすぐる思いで林病院に入院し、断酒会に出会い、入会することになりました。多くの先輩方に支えられながら断酒道に入りました。例會では「頑張るとるな」「頑張れよ」と励まされ、自分も「頑張るぞ」と日々力になっていきます。過去の償いもしていかなければなりませんが、酒害に悩まされる人を、自分が救われたように救う助けをしていきたいと思えます。

嫌なことがあったり、仕事で疲れたときなど、酒に手が伸びそうになります。この度、前田先生や断酒会の方々の顔や言葉が浮かび、思いとどまれています。今はまた仕事をし、人間らしい生活を送れています。

今では林病院に出会えたこと、断酒会の皆さんに出会えたことに感謝しています。みなさんと一緒に、お互い支え合いながら、断酒を続けていきたいと思えます。

OB会よりお知らせ

一、本号四頁に林病院OB会規約を掲載させていただきます。

二、二〇二一年十月十六日(土)にレクリエーションを予定しています。詳細は決定次第お知らせ致します。

三、「支え合う仲間」第三号は、林病院OB会・断酒会の事を知っていたとき、断酒するきっかけになればとの思いから林病院OBの「体験談特集」とさせていただきます。病院の現状は冒頭の眞柄師長のお話の通りです。当面、「支え合う仲間」の発行を継続して行きたいと思えます。

林病院 OB 会規約

- 1条 (名称)
本会は、林病院 OB 会と称する。
- 2条 (会員資格)
林病院に関わり断酒を志し、林病院 OB 会への入会を希望する者とする。
- 3条 (目的)
本会は、会員相互の親睦を深め断酒を実行し、肉体的・精神的・社会的健康の回復を目指すと共に、酒害者救済を目的とする。
- 4条 (役員)
1 役員は、岡山県断酒新生会の会員が担当し会長1名、副会長2名、会計1名
会計監査2名、家族会若干名、断酒例会司会者若干名とし、会員の互選による。
2 役員は、病院の医師・スタッフと適時会合を持ち行事その他の事柄を協議する。
- 5条 (任期)
役員任期は2年とし、再選は妨げない。
- 6条 (会費)
年会費 3,600円 (月額 300円)とする。
- 7条 (断酒例会司会者)
1 断酒例会司会者は、岡山県断酒新生会会員とし原則、断酒継続一年以上の者が担う。
2 司会担当日に支障がある場合は、事前に司会者間で連絡の上交代する。
- 8条 (記念例会)
林病院断酒例会発足月(9月)には、記念例会又は記念集会を開催する。
- 9条 (会合)
林病院 OB 会の会合は、役員・担当医師・スタッフを適時招集し開催する。
- 附則 (1) 平成2年8月制定の規約を平成18年3月一部改定
(2) 平成20年3月会計監査1名を2名に改定
(3) 令和2年12月規約2条、3条、4条、7条一部改定、9条追加