

つながり

Vol. 171
(発行/2023.1.1)

がんばる市民活動団体を
紹介します!!

滋賀県断酒連絡会野洲断酒会



アルコール依存症は、長期間の飲酒により脳内の神経機能に変化が生じ、脳機能の障害を引き起こしてしまう脳の病気です。病名の「依存」という言葉から意思の弱い人になる病気のように思われがちですが、自身の意志では飲酒をコントロールできない状態になっているのです。老若男女を問わず、長期間多量に飲酒をすれば誰でもアルコール依存症になる可能性があります。「意思が弱いなあ。止めたかったら、飲まへんかったらええやん。」ではないのです。

断酒会の例会は、「断酒の誓い」を参加者全員で唱和することから始まりました。それから参加者が一人ずつ自分のことを話します。

自分はなぜ飲酒するようになったのか。自分にとってのつらい経験、自分の弱さを見つめて淡々と話します。ここでは、会員一人一人が自分の体験を率直に語り、他人の話を聴くだけです。そうすることで自分の過去が整理でき、自分の過去の失敗を振り返ることができるのです。断酒会は、参加者にとって自分から立ち直るきっかけを与えてくれる貴重な場所になっています。「断酒会に助けてもらった。」「先輩方の話を聴く事で断酒できる。」「誘惑に弱い自分がある。だから断酒会に通っている。」参加者の皆さんは、断酒会に通うことで心の支えを得て、お酒の誘惑に打ち勝つことができているようです。体験談の中の「お酒を止めたら、普通の生活ができる。」「止めて始めて体が軽く楽であると分かった。」「がんばってお酒を止めたらこんなに穏やかに話ができるのか。」という参加者の言葉から、切実な思いが伝わりました。

また、アルコール依存症は家族ぐるみの病気とも言われます。家族の接し方ひとつでアルコール依存症の方が精神的に追い詰められてしまい、病気を悪化させてしまう場合もあるからです。とは言え、家族の方は「どうしても止めさせたい、止めてほしい。」という強い気持ちがあり、つらい思いを抱えています。そんな家族のつらい思いを吐き出せる場所、それが家族会です。野洲断酒会では、月に1回第4金曜日に家族会も開催しています。家族会でも参加者全員が自分の体験を率直に語り、他人の話を聴きます。他人の話を聴くことで「自分だけじゃなかった」と少し楽になるそうです。

「自分のつらい気持ちをどこにもぶつけられなかったが、家族だけで集まるこの部屋なら気持ちを吐き出せる。」「家族同士、腹を割って話せた。来てよかった。」と家族会の方に教えてもらいました。「本人が断酒会に参加しなくても、家族だけでも参加してもらって、自分のモヤモヤを解消してもらいたい。」家族会の思いです。

野洲断酒会の例会は、毎週金曜日 13:30~15:00
家族会は、毎月第4金曜日 13:30~15:00
野洲市健康福祉センターで開催しています。



新年・大“福”拾い大会～キレイなまちで新年スタート!～

2023年の始まりに、自らの手で野洲のまちを良くしませんか？

「福拾い」というのは、ゴミ拾いのことです。拾ったゴミは、福となって返ってくる！

新年、皆でたくさんの福を拾ってまちを綺麗にし、気持ちよく新たな一歩を踏み出しましょう。

ゴミ拾いの経験は、未来を担う子ども達の育みにも良い影響があると言われています。

たくさんの方のご参加お待ちしております。

日時：2023年1月15日（日）10：00～11：45（9：45受付）

※荒天時2月18日（土）に順延します。

集合場所：①野洲図書館 駐車場 ②野洲川斎苑 駐車場 ③野洲市役所 駐車場

※申込時に、ご希望の場所をお選びください。

参加対象：どなたでも（小学生以下は保護者と一緒にご参加ください）

服装・持ち物：ゴミ拾いに適した服装。飲み物をご持参ください。（ゴミ袋・軍手等は準備します。）

問い合わせ：一般社団法人 野洲青年会議所（祝日を除く月～金 9：00～17：00）

TEL 077-589-3330

申込みはこちらから



※人数把握のため、事前の申込みをお願いします。

（当日のご参加も可能です。）

（一社）野洲青年会議所 HP

第2回市民活動応援講座 開催しました！

11月22日（火）中主防災コミュニティセンターにおいて、第2回市民活動応援講座「市民活動団体交流会～子育てのこと、みんなで考えよう～」を開催しました。Zoomでの参加を含めて、8団体11名の方に参加していただきました。各団体の紹介から始まって、助成金のこと、活動内容のことなど具体的な話し合いができました。交流会が終わった後には、参加者全員でグループラインができるなどたいへん有意義なものになりました。



● 助成金・アワード情報 ●

- 【市民活動】生活協同組合コープしが/できるコトづくり制度助成金
応募締切：2023年1月20日（金）当日消印有効
- 【子ども・子育て】近畿労働金庫/近畿ろうきん NPO アワード
応募締切：2023年1月31日（火）必着
- 【環境保全】公益財団法人平和堂財団/環境保全活動助成事業夏原 Grant
応募締切：2023年1月31日（火）当日消印有効

※助成金などに関する内容は直接お問い合わせください。

★助成金の詳細などはホームページにておしらせ中

野洲市 助成金

で！

検索

スマートフォンならこちらから⇒



[発行] 野洲市市民サービスセンター
〒520-2492 野洲市西河原 2400 番地
TEL：077-589-6430
FAX：077-589-6438

E-mail：madoguti@city.yasu.lg.jp
野洲市HP「市民活動支援」：
http://www.city.yasu.lg.jp/soshiki/shimin_service/shiminkatsudou/index.html