

断酒美人
アメシスト



公益社団法人 全日本断酒連盟

アルコール依存症は、一人で立ち向かうのは困難な病気です。
自分を語り、人の話を聞くことで長い間の苦しみを
癒し、誰もわかつてくれなかつた心の叫びを
真剣に聞いてもらい
心の安らぎを得る。同じ苦しみを持つ仲間と支え励ましあいながら
回復していく病気です。



私たちは女性酒害者です。

アルコール依存症の女たちだけの集まりです。
娘であり、妻であり、母親である私たちが
アルコール依存症になってしまいました。
夫や子供たち家族を始め周囲の全ての人々に、
言葉に言い尽くせない
迷惑と心配をかけました。

断酒を決意しそれを継続することで
人間的にも女性としても回復・成長の
道を歩み始めることができました。

お酒さえ断ったら人間らしく生きられるのです
そして誰もが立ち上がる力を
自分に秘めているのです。
自分の手でその機会をつかんでみる
勇気を持ちましょう。

いつも頭から離れない「女だてらに」「女のアル中」
という肩身の狭い思い。
同性なのに加害者という視線。
同病なのに批判的な視線。
そこから開放された共感の場が
アメシスト例会であり
アメシスト研修会です。



女性酒害者の集まりは、女性同士の共感と連帯の場でもあります。さらにより大きな集い（地域断酒会）への導入の場としての役割もあります。

両方の会をうまく利用して断酒しましょう。



「私は酒だけではないから・・・」
と思わないで下さい
クロスアディクション（重複障害）を
克服している仲間もたくさんいます
アメシスト例会に参加して
心のしこりを溶かしてください。

アメシストは断酒を象徴する石です。

酒に酔わないという意味があります。

ギリシャ神話によると

酒の神バッカスは女神ダイアナに戒められた腹いせに最初に出会った人間を

いつも連れ歩いている獅子に
食べさせると宣言しました。

そこに通りかかったのが「アメシスト」という名の乙女でした。

獅子の鋭い牙がアメシストに襲いかかろうとした瞬間女神は彼女を純白の水晶に変身させました。

酒の神バッカスは自分のしたことを反省し
その水晶に持っていたブドウ酒を注ぐと

紫色のアメシストに変わりました。

その石の「アメシスト」という名前を
断酒会では、女性会員並びにそのグループの呼称として使っています。



**ご自分の・母親の・妻の・娘の酒の問題でお悩みの方
まずは、お電話下さい**

北海道

東 北
東 関
中 部
近 畿
中 国
四 国
九 州

井上 陽子	090-6263-6931
紺野由美子	090-4637-4033
宮田由美子	090-3917-6859
三輪 朝子	0587-21-7045
中道 武子	06-6685-7008
池畠 寿江	090-8934-8544
山田 敬子	080-2935-9724
山本 津子	090-2781-6274
迫田 幸子	080-5207-3687

この他都道府県全域に女性の連絡員がいます。

全日本断酒連盟は、会員・家族数約一万人の日本最大の自助グループです。

- ・お酒をやめ続けている依存症からの回復者の集まりです。
- ・お酒をやめ続けることで、生活習慣を改め、生きづらさを解消し、仲間とともに新しい人生をめざしています。
- ・全国都道府県に約600の加盟断酒会があり、毎日のように断酒例会を開催しています。
- ・年1回の全国大会やブロックごとの大会で多くの仲間との出会いが得られます。
- ・現在、女性会員は約800名です。女性飲酒人口の増加について、女性の会員が増えています。
みんなで女性が過ごしやすいコミュニティーを作りましょう。

公益社団法人 全日本断酒連盟

〒101-0032

東京都千代田区神田岩本町3-2-2

(Tel) 03-3863-1600

(Fax) 03-3863-1691

<http://www.dansyu-rennmei.or.jp/>