令和8年(2026年)度岩手県断酒連合会

断酒会例会案内

お酒で悩んでいる方、断酒例会に参加してみませんか❣
『仲間の酒害体験を聴き、そして自分の酒害体験を話す。』

(2026年10月5日現在)

断酒会名	例会日及び会場等
岩手みちのく断酒会(盛岡市) 連絡先　白沢 正義 自宅　：　019-697-7539 携帯　：　090-2881-7097 連絡先　松岡 葉子 自宅　：　019-637-6467	○毎月　第1･2･3･4日曜日　13:00～15:00 会場　：「仙北地区活動センター」　盛岡市仙北町 ○毎月　第5日曜日　本人会･アメシスト会　13:00～15:00 会場　：「仙北地区活動センター」　盛岡市仙北町 ○毎月　第5日曜日　家族会　13:00～15:00 会場　：「桜城老人福祉センター」　盛岡市大通3丁目
連絡先　白沢 正義 携帯　：　090-2881-7097	☆酒害相談:第3木曜日 会場　：　県央保健所(盛岡市)相談室　14:00～15:30
リアス断酒新生会(宮古市) 連絡先　佐々木 実 携帯　：　080-6010-8423 事務局　勝山 栄松 自宅　：　0193-86-2191 携帯　：　090-3128-8265 ekatsuyamanote@yahoo.co.jp	○毎月　第1･4･5日曜日　10:00～11:30 会場　：「宮古市中央公民館分館」　宮古市保久田 ○毎月　第2日曜日　山口病院交流例会　10:00～11:30 会場　：「宮古山口病院」 ○毎月　第4木曜日　山口病院 院内例会　13:00～14:30 会場　：「宮古山口病院」 ○毎月　第3日曜日　みなとホスピタル例会　10:00～11:30 会場　：　みなとホスピタル　宮古市根市 ○毎月　第2木曜日　みなとホスピタル家族教室　13:30～15:30 会場　：　みなとホスピタル　宮古市根市
岩手三陸断酒会(釜石市) 連絡先　久保 卿昭 携帯　：　080-7985-9353	○毎月第2･第4日曜日　13:00～15:00 会場　：「青葉ビル」釜石公民館 活動室　釜石市大町3丁目8-3
盛岡中央断酒会(盛岡市) 連絡先　角掛 久雄 自宅　：　019-638-5689	○毎週　日曜日(第5日曜日含む)　10:00～12:00 会場　：「ふれあいランド岩手」盛岡市三本柳
久慈断酒新生会(久慈市)	令和8年10月解散
連絡先　勝山 栄松 携帯　：　090-3128-8265	☆酒害相談:第4木曜日　10:00～11:30 会場　：「久慈保健所」

※　会場･時間等に変更の場合があります。事前に各断酒会にお問い合わせください。
※　裏面もご覧ください。

◎あなたや
あなたの家族のお酒、大丈夫ですか？
【アルコール依存症】

アルコール依存症は飲める人ならだれでも可能性のある病気です。

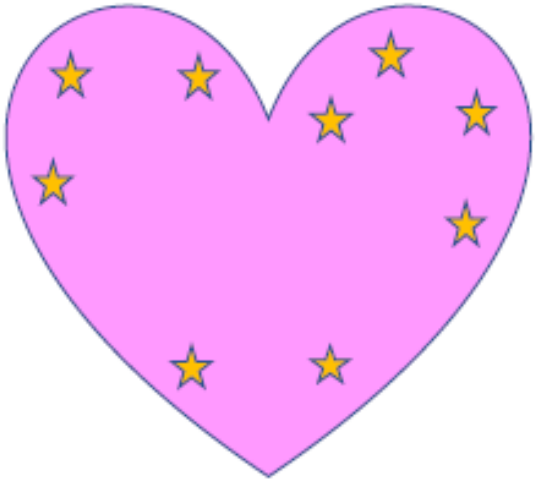
　アルコール依存症は、誰でも大量のお酒を一定期間以上飲めばなる可能性があります。飲酒により脳神経細胞にある種の変化が起こり、飲酒量のコントロールが効かなくなる病気と言われています。一度なってしまうと一生涯お酒を上手に飲むことはできません。
ＷＨＯ（世界保健機構）は、薬物の依存度で第2位にアルコールを挙げています。
ちなみに第1位は麻薬、第3位は覚せい剤です。

心身を飲み、家族や社会を巻き込む病気

　胃、肝臓、すい臓、じん臓…とあらゆる内臓を悪くし、果ては脳細胞までも侵し認知症の段階まで進みます。　一方、仕事ではミスが多くなり、能率も低下し、仕事も休みます。職場の仲間の信用もなくしてしまいます。家庭でも、ウソをつく、かくれて飲む、収入の多くを酒代に使う、暴力や暴言が多くなり、酒を飲むことが優先される生活となっていきます。その結果、夫婦喧嘩が絶えない、子供も寄り付かない状態となり、家庭破壊が進んでいきます。

「アルコール依存症」は回復可能な病気

　この病気は昔、アルコール中毒『ある中』と言われ、治療不可能な病気とされてきました。しかし『完治』はないものの、酒を断つことによって『回復』する病気となりました。実際に『回復』し、社会の中で立派に生活している人が数多くいます。その人たちのほとんどは、自助グループと呼ばれる『断酒会』に所属しています。「アルコール」の問題でお困りの方は、最寄りの保健センターか『断酒会』にご相談ください。お酒を断つための**みちすじ**の相談に乗ってくれます。



断酒会の例会とは？

◈例会は、『言いっぱなし、聞きっぱなし』
体験談を外に持ち出さないのがルールです。
◈酒害相談は、『秘密厳守』です。
《連絡先は裏面を。ご覧ください》