

アルコールの功罪

榎場 雅子

（臨床心理士・精神保健福祉士）

1 月 12 日、9 時ジャスト、タイムカードを押したかのように、相談室の電話が鳴りました。早々のことで、緊張して受話器を取ると、女性の声で、「あの…、あの…」と言い淀んだまま、あとは嗚咽の声。「落ち着いてくださいね。深呼吸をしましょうか。吸って一、吐いて一」と、混乱時、緊急時の相談受付をそのままに実践して、当方も一息入れて続きを待ちました。

ようやく、重い口を切って、話してくれたのは何とも重苦しい、アルコール依存の実体験でした。

一人息子の P（38 歳）は、宮城県 Q 市で生まれ育ち、高校を卒業してから地元の市役所に勤め、真面目に過ごしていましたが、職場の先輩との飲酒の機会が多く、たちまち大酒飲みになってしまい、無断欠勤や、仕事の上のミスが目立つようになり、職場にも居ずらくなって辞めました。それからは、地元特産物の行商をしたり、長距離トラックの運転手として、一生懸命に働いて、青ナンバー 2 台ながら、運送業を開業しました。仕事には熱心で体力もあり、頑張っていました。飲酒運転による交通事故を起こして警察沙汰になり、賠償の件もあって廃業してしまいました。

26 歳のときに誘う人がいて、ホテルのフロントマンとなって、上司の信頼を得ていたのですが、2 年ほどして、同棲していた女性の浮気が原因で、ガス自殺未遂事件を起こしてしまい、それ以来、酒量が増え、飲みだすとトコトンまで飲み、体が酒を受けつけなくなると、自責感から、断酒を誓うという経験が続いていました。

32 歳のとき、ひとりで郷里に帰ってきました。狭いながら、先祖伝来の農地もあり、親としては大歓迎で、親子 3 人で農業を糧として、何とか生活を保っていました。そこへ襲いかかったのが、東日本大震災でした。我が家は一瞬にして家も畑も波に呑み込まれてしまい、今なお仮設住宅での生活を余儀なくされています。高齢者はともかく、30 歳代の若者が仕事もせず、安閑としているわけにもいかず、止むなく本人ひとりであてもなく上京しました。けれど、直ぐには仕事がなく、建設現場や土木現場で日雇的な仕事をして、何とか生活をしていましたが、当然のこのように、飲酒発作が始まり、仕事を失うという悪循環で、ホームレスにまで陥らないことだけが救いという、5 年 9 カ月の生活でした。12 月の半ばからは、朝から 1 日中ぶっ通しで飲み続け、2 日ほどは一睡もせず、アパートの人たちが寄り集まって、自分を非難する声が聞こえるようになり、その声は次第に大きくなり、自分を殺す、という声まで聞こえるようになり、恐ろしさの余りパジャマ姿のまま、裸足で街を逃げまわって、警察に保護されました。アパートの家主さんからの連絡を受けて、取るもとりあえず上京してきました、と長い話を終え、再び嗚咽を漏らすのでした。

15 年余に及ぶ大量飲酒、異常酩酊がありながら、今まで 1 度も医療に繋がらなかったのが不思議なくらいでした。しかし、そんなことを言う場合ではないと判断されました。

「私は医師ではありませんが、息子さんは、命にもかかわる、厳しい状態ではないかと思えます。今すぐに保健所に連絡し、行政の力を借りて、医療を受けるようにしてください」と伝えました。

午後5時、母親から連絡がありました。あのとき、「命にもかかわる状態です。今すぐ保健所に連絡して、医療に繋げてください」と言われて驚いてしまい、返えず手で保健所に電話しました。保健所では、話を聞いてすぐに対応してくれて、警察とも連絡を取りながら、千葉にある専門病院へ緊急入院させてくれました。病院ではアルコールが体から抜けていくときの身体的危険を説明され、数日間は、すぐに連絡をとれるような体制を取っておいてください、とまで言われました。始めて、事の重大さと、自分の愚かさを知りました、と話してくれました。

厚生労働省の調査では、わが国の飲酒人口は総人口の半数を上回る6440万人もおり、成人男性は10人のうち9人、女性は10人中6人が何らかの形で、飲酒の機会があるということです。この中にはアルコール問題のため医師の診断と治療を受ける必要のある人は220万人もいることがわかっています。更に、このまま放っておくと、近くにアルコール問題の仲間入りをしてしまう、いわば予備軍と目される人は、1510万人もいるということです。

こうした傾向は、キッチンドリンカーと呼ばれる主婦、オフィスドリンカーの中年サラリーマン、一気飲みにはやる学生や、OLなどのヤング層が予備軍として控えていることを物語っています。それは、まさに国民的な課題ではないでしょうか。

ここで問題を180度転換して、考えてみました。

古今東西を問わず、酒をたたえる詩や文学は多く、日本最初の本格的歌集、万葉集に収められた、大伴旅人の「酒を讃むる歌」13首にも惹かれました。その中の1首、

○ あな酷く 賢しら顔に酒飲まぬ人よく見れば 猿にかも似る には驚かされました。

アルコール類には不調法ですが、これ以上賢しら顔にアルコールを論じて、「猿にかも似る」と言われたくないので、お酒の良いところを見直して、ペンを収めたいと思います。

春は花見酒、夏の宵越しの酒、秋の月見酒、冬は雪見酒と、その名も美しく季節の変わり目には、栄養のある食べ物と神威のこもった酒をとり、疲労を回復させて、新たな活力を得るための慣習もあります。アルコールは、全身にある細胞の働きを抑えます。細胞をゆったりと休ませることで、体の疲れを回復させます。怒りを感じたり、不安や緊張を覚えた時にも、アルコールの力を借りて、心理的ストレスを解消させます。

生活文化としてのアルコール飲料の存在は、現在も未来に向けても否定することはできません。飲酒による精神保健上の効用も、人間関係の円滑を図る効果も少なくありません。

酒害の元凶は、不当に常習的で飲み過ぎることをあおることです。アルコール飲料は、依存症の要因ですが原因ではありません。その点で薬物依存とは全く違っています。

肝心なことは、正しい飲酒に心がけ、そうした習慣を身につけて、酒に親しむことですね。

〈こころの電話相談室〉

心の悩み、心のケア、心の健康に関する電話相談室をご利用下さい。

相談日 毎週木曜日 午前9時～午後9時

相談担当 榎場主任相談員 電話番号 04-7100-8369 個人情報厳正に取り扱います。

〈ご近所の支え合い〉★ご近所の支えがなければ、今ごろこの青年は孤独死を遂げていたのでしょうか。警察に保護を求め、母親を呼び寄せ、市役所とも連絡を取り、最後は電話相談室に繋いでくれました。★通常、こうした危険なケースは、保護を求められた警察や市役所から保健所に通報され、緊急入院等の処置が取られるのでしよう。結果オーライとはいえ、何ともお寒い実態です（h）。独立行政法人福祉医療機構社会福祉振興助成事業