

171-0014東京都豊島区池袋4-17-10 土屋ビル4F

AA

日本ニュースレター No.118

「援助者から見たAA」

久里浜アルコール症センターソーシャルワーカー 藤田さかえ

(1) AAとの幸福な出会い。

「神様私におあたえ下さい。変えられるものを変える勇気、変えられないものを受け入れる落ち着きを、そして2つを見分ける賢さを」アルコール医療に関わる援助者としてAAとの出会いは、医療相談室の壁にかけてあったこの言葉から始まった。

窓から差し込む陽の光のなかで、この言葉が私を迎え入れたあの日を20年近く経った今でもの鮮やかに思い出すことが出来る。当時、就職した医療機関には多くの回復者が出入りし、病棟、外来、医療相談室には断酒会・AA・病院の患者同窓会などで回復してゆくOBの存在が入院患者だけでなく、医師、看護師、ソーシャルワーカー、作業療法士など援助者にも回復の希望を伝えていた。新米の援助者は言われたものである、「援助者は無力」「回復には自助グループ」であると。このように言われて反発する人、懐疑的になる人、納得する人、色々あったと思うが私はシンプルに「何故、役に立つの」「そこには何があるの」と考え、これもまたシンプルに「何があるのか見てみよう」と約1年間、地元のオープンミーティングに週1回参加した。断酒会には月1回ほど例会に行ったと思う。

薄暗いミーティング会場、インスタントコーヒーをいれるプラスチックのカップ、タバコの煙（当時は禁煙ではなかった）。その中でいつもミーティングは静かに始まった。毎週通ってくるメンバーでもない私を当時のメンバーはどのように見ていたのだろうか。私は私で、数回参加していなくなる人、最初は落ち着かず話し方の調子も高く、酔っているようにも見える人が、数ヶ月をへて次第に落ち着きを取り戻す姿。大勢の男性の中でたった1人、必死に自分の話をしていた女性のメンバーなどを通じ、人が少しずつ変わってゆく姿をそこで見る事ができた。私は自助グループととても幸福な出会いが出来たと思う。当時のアルコール医療では自助グループにつながる事が断酒の特効薬のような雰囲気があり、我々の役割はなんとか依存症者を自助グループにつなげる事、そのことによって断酒は確実になるという姿勢であった。自助グループにつながることは回復の手段であり、目的ではない。またAAもそのような主張はしていない。しかし、「仲間のお酒が止められた」「AAに行って初めて自分の飲酒問題を認めた」という当事者の言葉は説得力があり、自助グループを拒否する当事者は「まだ否認の状態」であると考えられたのであった。

(2) AAの難しさ

アルコール依存症者を対象とした自助グループの活動はやがて、80年代後半から90年代にかけて薬物依存、ギャンブル依存、摂食障害、共依存、アダルトチルドレンなどと広がり、またAAの中でも「ヤングのミーティング」「女性クロウズドミーティング」などミーティングも多様性を重視するようになった。その中で私は職場が大きな専門病院であった

せいか、様々な回復をする依存症者の姿を見ることになる。自助グループを特効薬や常備薬として断酒する依存症者しか見えていなかったが、医療機関の通院だけで断酒を始める人や、何回も自助グループにつながりながら断酒をすることが出来ない人、地方に住んでいるため自助グループのない地域で断酒をせざるを得ない人、など様々な回復をする依存症者がいることを知り、単純な捉え方では説明できない依存症の現実を目の当たりにするようになる。90年代後半から、認知症や強い感情障害、人格障害など、その人の状態のため自助グループそのものを活用する力を発揮することが難しい人たちが少しずつ増えた。かつてのように通院やAAでなんとか断酒することが難しい人たちの出現に、援助者にあらたな治療や支援の方法を考えざるを得なくなった。このことはまた援助者から見た自助グループの限界を知るようになる。1つにはAAを利用するには、通い続ける体力や気力、さらに交通費などを保証する経済基盤を必要としている。飲酒によって深刻なダメージを受けている身体や、体力や気力、認知力の低下した高齢者、パート就労や少ない年金でかろうじて生活し交通費に負担を感じる人たちには利用しにくい、という難しさがある。とくに近年目立つ高齢者や身体合併症の深刻な依存症者には自助グループの参加を勧めるのをあきらめざるを得ない。2つ目はスポンサーシップのように、仲間が仲間に伝える回復のアドバイスや提案が、その人の経験に依拠しているために、相手と自分の違いに目を向けることが出来ず、自分のイメージする回復の押し付けとなり、AA参加の継続が難しいという訴えが援助者の耳に入るようになった。提案を受取る側も「軽く受け流す」「彼は彼の意見」ということができないのがアルコールリク達の「不器用さ」なのだろう。以前の私であったらそれでもAAの提案に従うように勧めたが、今は本人が相手と少し距離をとり自分の選択が出来ように関わっている。

第3には「女性クロウズドミーティング」は増えたが、なぜか未だに「男性クロウズドミーティング」が始まらないことである（あるのかもしれないが少なくとも私の知る範囲ではまだない）。この社会に生きる「生きにくさ」の背景の1つには周囲の期待する「男らしさ・女らしさ」を引き受けなければならなかった「しんどさ」がある。それが男性の場合には「男らしさ」を高めるため、女性の場合には抑圧された存在を忘れるために飲酒する。女性はクロウズドミーティングでそのしんどさを降ろすことが出来るが、男性のメンバーはどのようにしているのだろうか。私がこのことにこだわるもう1つの理由は、ミーティング会場で男性メンバーの発言する性的な体験談を聞くことに負担を感じている、という女性メンバーの相談が続くことから、10年前にあるラウンドアップでこのことを提案したにもかかわらず、未だに始まっていないのが不思議である。女性メンバーが「特異」な存在とされている空気は、社会一般や医療だけではないのかもしれない。

(3) 幸福な出合いを重ねて

日頃の経験から気になったことを今回は「降ろさせて」いただいた。このように多少辛口の見解を述べさせていただいたのも、私自身がAAに対する信頼があるからである。それは揺らぐことの無い信頼とさえ言える。20年前に幸福な出合いをした日から今日まで、AAが回復の姿を援助者である私に教え続けてくれることが、今でも変わらないAAの事実である。その事実が続くこともまた信じられているのである。

第56回アメリカ・カナダ評議会に オブザーバー参加が出来ました

JSO 野崎

1995年3月、大宮のソニックシティでAA日本20周年記念集会在開催された。同時に全国代議員集会在召集され、評議会・常任理事会構想が承認された。ただちに常任理事会の構成と評議員選出が行なわれ、翌1996年3月に第1回AA日本全国評議会が東京・深川のホテルB&Gで開催された。それまで7回開かれたGSM（ゼネラルサービスミーティング）の経験とサービスマニュアル（アメリカ・カナダ1987年版）を基にAA日本の方針と活動を決定する全国からの良心が集結した。今年の2月には第11回を迎えることになった。アメリカ・カナダのサービスマニュアルが共通認識の基礎であったことで、言葉の解釈や翻訳による誤解も生じたことは否めない。しかし、評議員、常任理事会それぞれが知恵を絞りながらAAの目的達成に貢献を重ねてきた。

昨年10回の評議会終了後、これからの方針を確認するためには、これまでの機構や活動の再点検ができればいいのではと考え、アメリカ・カナダ評議会の見学の可能性を試してみた。アメリカ・カナダ常任理事会が評議会後最初に開かれる7月の前にニューヨークGSOへ参加打診の手紙を送った。ちょうど日本国内では30周年記念集会在忙しくしている最中だったが、8月始めにアメリカ・カナダ常任理事会の了解の手紙が届いた。実際には来年の評議会の承認が必要であるがとりあえず参加の目途がついた。

参加する場合には私の語学能力ではどうしても通訳の必要性があり、これについてニューヨークGSOと相談をし、諸条件からワールドサービスミーティングの通訳をお願いしているダグ・Gに都合を確認したところ快く受けていただいた。前置きが長くなってしまったが、4月19日成田を出発、12泊（機中2泊）13日のスケジュールとなった。先日発刊されたボックス精選集4の66ページ～書かれてあるとおり、そしてサービスマニュアルに書かれてあるとおりの評議会が繰り広げられていることを確認した。そしてそこに流れる愛とサービスを身をもって感じてきた。紙面の都合で細かい部分については別の方法でお伝えしたい。

ここでは簡単な概要を紙面の許す限りでご紹介する。素敵なアルコールとたくさん出会えたことがなよりの贈り物であった。未だ苦しんでいる、これから苦しむであろう人たちにAAの愛の手を届けるという責任を感謝と喜びに満ち、心からこのプログラムを信じて活動している姿は感動的であった。もちろん日本のメンバーも負けてはいないと思うが、やはり圧倒的な質量には脱帽してしまう。先ず23日（日曜日）午前中に正式にはプログラムに組み込まれていない「遠隔地メッセージへの挑戦」というミーティングが開かれた。距離だけではなく言語、文化などの問題を含んだ難しい分かち合いが行われ、来年再度の開催を決定した。そして午後

類の常任理事会議長の挨拶、全員の出席確認、評議員代表挨拶、基調スピーチ（常任理事）で評議会が始まった。構成メンバーは評議員93名（代理1名）常任理事、WS社理事、グループバイン社理事27名、GSOスタッフ16名の合計136名。そして、今回はオーストラリアGSOのヴァレリー所長と私のオブザーバー参加が認められた。記録によればこれまでに、オーストラリア、チェコ、オランダ、ドイツ、イギリスからオブザーバーが参加している。後日行われた全体会議の中で、この費用負担について侃侃諤諤の議論が展開された。これからこのオブザーバー参加が必要な国々へのアメリカ・カナダの良心がまとめられ勧告決議となった。評議員の平均年齢54歳（77～33）平均ソーパー18年（35～8）などなど。また、評議会を支えるGSO職員が会期中の書類作成のため10数台のパソコンが設置されたワークルームが用意されていた。午後2時45分からは評議会委員会、常任理事会とのジョイントミーティングが行われ、昨年の勧告に基づいた常任理事会の活動報告が評議員に渡された。広報委員会、専門家協力委員会の二つにオブザーバーとして入ることが許可され、興味深く聞くことが出来た。夜はオープニングディナーとAAミーティングで、構成メンバーそれぞれ一人のゲストが許され、元常任理事・評議員、ニューヨーク地元歓迎委員会を交えた300人以上が参加した。懐かしい元常任理事アレックス・P、元GSO所長ジョージ・Dとの再会や、スタッフのエヴァがAAと出会うきっかけとなった娘さんを紹介してくれたり、賑やかな、そして心温まるミーティングだった。翌24日（月曜日）9時から評議会委員会が開始された。広報委員会の部屋の前でメンバーの許可を待った。程なくスタッフのフリオ・Eから入室の案内をもらって会議を傍聴することができた。サービスマニュアルのとおり、ここからは担当評議員8名が責任を持って今回の議題から、勧告する事項や提案する事項を検討審議して決定する。議題に対する膨大な資料の検討や各地域の良心をそれぞれの評議員が出し合い、明日の午前中を併せ8時間（委員会によっては休憩時間や食事時間も費やしたようだ）の会議が手際よく進められていった。各委員会から提出された勧告などの採択が水曜日午後から全体会議として始まった。二つの地方の常任理事の選出選挙も行われ、第3レガシー方式による選挙を興味深く見せてもらった。こうして23日の午後から29日の午後まで幸せなハードスケジュールに浸かってきた。言葉も文化も違うのだから全てを一緒にする必要はないと思うが、心の底に流れるものは世界中同じであると信じている。この貴重な経験を多くの人たちと分かち合うことが私の責任だと考え、機会あるたびにお伝えしたいと思っている。ただいまレポート作成の真っ最中（富に増している記憶力低下との戦いが続いているが・・・）、どこかでお会いした時には、どうぞ土産話をお聞かせください。



献金について思うこと

民主主義は少額な金銭の集積と時間を必要とします。徹底した民主主義は私たちAAの基本です。AAでは十分な議論をするために、全国の代議員や評議員、理事たちが交通費をかけて集会し、物事を決めていきます。

またAA内外との連絡機関として、JSOやセントラルオフィスを運営します。そのためには資金が必要です。献金と聞くと耳が痛いですが、献金のことは伏せて通れない問題です。

何とかして、小生の所属するグループが、小グループとして出来ることはないかと考えてみました。

そこで、グループに、地域のセントラルオフィス向けの献金箱と、JSO向けの献金箱、そして通常の献金箱三つをコーヒーの横に常設してみています。3ヶ月経ちましたが、善意で入れられた全額を通常の予定している献金に足して送金しています。確実に献金額は増えたのです。

今回、JSOでは個人献金だけに使用する振り込み用紙を作成してみました。縮小版を掲載してみました。今までは個人献金は、郵便局へ行って振り込み用紙に全部記入して、送金料を払って送金する方法しかありませんでした。

職場の都合で郵便局へ行けない人は今まで通りビジネスミーティングで会計担当者に送金を頼むこととなりますが、本来個人献金は誰にも知られない方法で送金される、全く個人的なものなので、この用紙をコーヒーの脇にひっそりと置いておく方法を、矢張り小生のグループではとってみたいと思っています。押しつけがましいと思いましたが、このニュースレターに同封して実物をお届けしてみます。

先日中部北陸地域で地域集会のあと、2時間の時間を頂いてミニ献金フォーラムを開いていただき、そこに出席した代議員や委員の方々から沢山の価値あるご意見をいただきました。小生も考えてみて、次ぎの思いに至りました。

財務担当理事としてグループの皆さまにお願い申し上げます。

1. ビジネスミーティングで個人献金専用の振り込み用紙を常時置いていただくことについて話し合ってください。
2. 通常の献金箱の他に地域のセントラルオフィス向けと、JSO向けの献金箱を常設していただくこと。

また、財務担当理事として地域委員会の担当者をお願い申し上げます。

1. 地域委員会でミニチュアでいいですから、献金フォーラムを開いていただきたいと思えます。
2. そして後期評議員を委員長とする「伝統7委員会」を立ち上げていただきたいのです。意気に燃えた個人がその類の実行委員会を作ってフォーラムを開いていただくのは良いことですが、その方が燃え尽きた時、その活動は停止してしまいます。継続性を期待するためには、是非後期評議員が主体となってほしいのです。

以上のことは平成19年度の評議会で充分議論を尽くしたいと思っておりますが、グループや地域で実行できることは進めていただきたいのです。

年末の特別献金は常態化してしまっていて、こちらからもお願いすることになると思います。しかし特別献金はあくまでも「対症療法」です。

スポンサーシップで献金の大切さ、特に個人献金の大切さを伝えていくこと、ビギナーズミーティングでもそれを伝えていくことを私個人も強めていきますが、草の根的に全国の仲間たちが次の仲間たちにそのことを伝えていけば、対症療法的な即効性は期待できませんが、日本AAの「献金力」は少しずつ上がっていくと信じています。是非実行していただければ有り難く思う次第です。

小生は財務担当理事として献金について行動し、この文章を書いています。そして一グループの会計担当者として現場の感覚に照らしながら考えています。そんなに献金要求に応えられないという財布の現状を思うとき、結局AAは自分と自分たちのために全ての事を行っていることに思いつきます。JSOの業務にしても、本当に無駄がないのか、我々が外から問いかければ無駄と思われるものが多少はあっても、ほぼきちんとやっているとの返事が返って来ると思います。

しかし今、JSOが自分の業務を棚卸しすることを試みています。ストイックな緊張感のある棚卸しが期待されています。献金の主な使い手であるJSOが「自浄努力」を徹底していきます。その棚卸結果は公表します。もし批判されるべき状態があったとしても、「内なる声」だけが解決への示唆であって、自助努力が最善の方法と信じます。

JSOとAAのキャンパスが響き合っていけば、また少し潤滑油の効いた日本AAの進行が期待できると思っています。

私も財務担当常任理事として、献金の問題に真正面から取り組むことになりました。わたしの顔が「¥マーク」に見えてくるかも知れませんが、全国どこかでお会い出来ることを期待しています。献金フォーラムにはお声を掛けていただければ、どこへでも出掛けていきます。その時はまた私の話し相手になって下さい。(財務担当常任理事 林)

02		払込取扱票		通常払込料金 加入者負担	
口座記号		口座番号(右詰めで記入)		金額	
001800	68876	千	百	十	円
加入者 AA日本ゼネラルサービス		料 金	特 取 扱		
<p>みなさまの温かいAAの愛の手を大切に運わせていただきます</p> <p>個人献金 円 領収証 要・不要</p> <p>各ミーティング会場の献金はそれぞれのグループの良心により、必要なサービス機関に届けられます。この献金は直接JSOに届けられ、AAの目的のために必要な様々なサービスを保証するみなさまの良心です。</p> <p>領収証の要不要にかかわらず、おとところ、お名前をご明記ください。</p>					
おとところ (郵便番号 -)		ご依頼人 おなまえ		受付局 日附印	
		(電話番号 - -)		様	
裏面の注意事項をお読みください。					
これより下部には何も記入しないでください。					

地域の分かち合い

北海道地域 所属の証として与えられたもの

サービス活動から得たものを文章にすることを気軽に引き受けて、はたと困ってしまった。何をどう書けばいいのだろう。確かに得たものはあるはずで何もなければとくにやめていると思うのだが、それが何かかわからず言葉にするととなると難しい。自分の今までのサービス活動を振り返ることが手がかりになるのではないかと、思うので振り返ってみたい。

サービスという言葉を意識するようになったのは、グループの代議員をさせてもらうようになった頃だと思う。それまでもグループの中のいくつかの役割をしてはいたが、所属しているのだからやるのが当然といった思いがあがりがあり、多少一面倒だったりいやだったこともあったがおおむね淡々とこなしていた。代議員を任せてもらえるという話になったときも、ああそういう時期なのねとあっさり引き受けた。その当時はあまり意識しなかったが今振り返ってみるとどこかに、そういう形で関心を向けてもらえることに対するうれしさがあった気がする。正代議員を1年間つとめた後、地域委員会に参加することになり会計を引き受けた。その2年間は結構たいへんだった。仕事の内容そのものは、慣れてしまえば帳簿を丁寧につけても3時間ほどで終わってしまう程度の分量だったけど、毎週末ごとにAAの用事が入るようなスケジュールの中でそれをこなすのは、バイタリティーがおそらく人の半分以下の私にはちょっとシンドイことで、文句を言ったこともあった。それでもその作業をやりおおせたときにさわやかな気持ちになる瞬間があったりして、そういうときには、こういうのがあるからいいんだな、やるべきことがあるからいいんだという思いが湧いてきたりした。そんなこんなで多少の文句を言いつつも今でもサービス活動を続けさせてもらっている。今年の1月から地域委員長という役割をいただいたのだが、何をすれば自分はその役割で役に立てるのかまだよくわかっていない。とりあえず仲間から得られる情報に敏感でいるように努めている。

私はサービス活動をしていても、感謝にあふれて精力的に活動するといった感覚は鈍く、与えられたことをそれなりにこなすといった感じである。だけど決して苦痛ではないし、思いがけないときに喜びに近い感覚が与えられることもまた事実である。なによりもAAでの所属の証として自分のよりどころにもなっている。

今後も続けていきたい。

弥生

関東甲信越地域 北関東のメッセージ状況

関東甲信越地域の2006年度春のラウンドアップが栃木で開催され筆者(水戸Gノザ)も参加した。そこで栃木の仲間から、このニューズレターに原稿を書かないかと依頼があった。テーマは「北関東のメッセージ状況」ということであったが、筆者が属する茨城と水戸の過去の出来事をここに書きたい。この中で過去の日付等の曖昧な点などは、すべて筆者の責にあること

を先に記しておきたい。また、この文章のために仲間の協力があつたことを感謝している。

茨城県水戸市は東京から約北東に100km離れたところであり、JRの鈍行電車で東京に出るには2時間を要する。県の人口は300万人強であるが、AAのグループとしては現在のところ3つしかなく、メンバー数も合計で20名程度である。

茨城県には現在のメッセージ先として、古河Gが担当している小柳病院と、水戸Gが担当している豊後荘病院がある。ここでは後者の豊後荘病院について触れる。1988年ごろに豊後荘病院が当時の八郷町に移転したときに東京の南平台Gがメッセージを運んでいたが、いつしかそれも途切れてしまう。水戸Gは1992年10月誕生しミーティングを行なっており、豊後荘病院には1999年6月よりメッセージを運んでいる。

1999年6月20日が筆者の最初のメッセージであり、その光景は断片的ではあるが今でも記憶に残っている。それは自分は入院経験がないため、メッセージの話が来たとき、なぜ行く必要があるのかと、ソーバー二年に満たない狂った頭で必死で逃げようと言いつつを考えていたからだ。その日も頭が痛いということで、車中でずっと黙っていたように思う。そして、メッセージは自分のために行くものだと、気づいたのはずっとあとであった。

その後のメッセージは水戸Gのメンバー二人で運んでいたが、自分たちだけで運び続けるのは難しいということで2002年6月より東京の谷中Gの助けを借り、2004年9月まで、第一日曜の13:00-15:00に開いていた。わざわざ東京の仲間が休日を潰してまで茨城の山奥まで来るのは、ご苦労なことだと筆者は考えて、助けられている側なのに自分がサービス活動をするまで、その彼らの行動の意義に気づくことができなかった。

東京の彼らと一緒にメッセージをすることは非常に楽しく、また力をもらえてはいたが、そのままではいつまでたっても自分たちが独り立ちができないと考えた。そこで水戸以外の茨城県の他のグループと一緒にできないかと提案し、2004年10月からは、土浦Gと古河Gで合同で運ぼうと、曜日を改め第一土曜の13:30-15:00に同じ豊後荘病院にメッセージを運び始めた。このことをきっかけに、茨城地区を立ち上げ、水戸Gに二番目のミーティング会場を作り、そして、これからの茨城地区で何かできないかと模索している状態である。

以上水戸Gを中心にしたメッセージ活動の過去を簡単に振り返った。このメッセージ活動を通して筆者が理解したことは、AAは「のべ伝え」の必要性である。週一回のミーティングの出席だけでメッセージを運んでいたときは辛かった。その辛さをそのときの自分では言葉にはできなかったが、現在はそれがよく理解できる。それは仲間と与えられるものが、自分の狂った頭の中からは出せないということだ。与えられるものが少なければ、結局は自分の中で煮詰まってしまう。

そこで筆者は仲間助けを求めた。それは一緒にメッセージを運ぶという具体的な行動、自分に欠けていたスポンサーシップ、仲間と出会うフェロウシップ、そして、役割としてのサービス活動である。これらを通し、仲間から与えられたものが自分の狂った頭の中に染み込み、それらが違う形で新たな仲間へ伝えることで、自分が生き続けられていることを実感している。他の北関東の地区やグループのメッセージ活動は、後日の機会に報告ができればと考えている。

水戸G ノザ

AA日本ニューズレターNo. 118

編集・発行：NPO法人 AA日本ゼネラルサービス (J S O) 〒171-0014東京都豊島区池袋4-17-10土屋ビル4F

TEL:03-3590-5377 FAX:03-3590-5419 ホームページ：<http://www.aa-japan.org>