



# AA日本ニューズレター

NPO法人AA日本ゼネラルサービス (J S O)

No.133

## 特集：何故日本ではAAメンバーが増えないのか

「初めて来た仲間に声をかけましょう・・・」

あるミーティング場の出来事

知っている仲間がいるかな～そんな気持ちで会場を訪れました。すでに座っている仲間達に会った事があるような、無いような・・・

私は「こんばんは」と言いながら、コーヒーを入れて、適当に座りました。仲間達はちらっと私を見ていたがワイワイガヤガヤ・・・私には誰も声をかけません。(私も声をかけませんでした)。そうか～自分もグループに知らない仲間が来た場合、声をかけないことがあるな～。そんな事を考えながら座っていました。ミーティングが始まる頃前に会った事がある仲間が来ましたが、まさか東京の私がいるとは気がつかずミーティングが始まった。終わってから久しぶりですね・・・そんな会話が交わされた。日本の方々のミーティング場でこんな光景が見られていると思います。

初めてAAミーティングに来た仲間？は、なんて無愛想な処だと思ふかもしれません。(かえってそっとしておいてくれた方がいい人もいるでしょうが・・・)でも煩いと思っても実は声をかけてくれるのを待っているのかも知れないのです。私のグループでは初めての知らない仲間にも「おかえりなさい」と声をかけます。「おかえり？」変です・・・でも長い間「おかえり」なんて言ってもらってないし、変ですが私も嬉しいものでした。別れる時には握手をして、新しい仲間には「又来てください」。そんな小さな言葉が又来てみよう、閉ざしていた心が少し開くかもしれません。

「何故日本のAAではメンバーが増えないのか？」

広報が足りない、スポンサーシップが少ない、プログラム？幾つもの言葉が浮かんできます。

でも私達にできる事、自分の足でミーティング場に来た新しい仲間に言葉をかけませんか？まず「こんにちは」「こんばんは」「おかえりなさい」「はじめまして」。人見知りをする事が多いAAメンバーだから、一言だけで会話が弾まないかもしれないけど、何かが生まれてくると思います。そして、その仲間がAAを初めてなら、ワンデーグッズ？を渡しましょう・・・

常任理事に就任する時はもっと積極的な広報をやっつけよう・・・その方法はと考えていましたが、たいした事しないまま一年が過ぎようとしています。来年は仲間達の知恵と力を借りながら「どうしたら積極的な広報がやっつけられるのか？」「どうしたらまだAAを知らないで苦しんでいるアル中にAAを知らせていけるのか？」そんな事をテーマにした集まりを持ち、

私たちで行える事から実現させていきたいと思ひます。それには幾人もの仲間の手助けが必要です。アイデアがある仲間、時間がある仲間、なにかワイワイやりたい仲間を募集しています。興味のある仲間、私の電話またはアドレスまで連絡をお待ちします。

明日からまず私達にできる事、

メンバー一人一人が新しい仲間に声をかける・・・そして一緒にやりませんか(あなたのスポンサーにしてください)と声をかけるようにしましょう。

(私のグループではワンデーメダル、ハンドブック、ようこそAA、スポンサーシップQ&A、地区のミーティング案内図等をつ一つにして常備しておき、ワンデーの仲間にお渡ししています)

連絡先 [yamaaa@live.jp](mailto:yamaaa@live.jp) 090-4435-5286

常任理事 島原

「なぜ日本では、AAメンバーが増えないのか？」

私は今、15年のソーバーを頂いております。この様な事を言えば、以前の私でしたら「よかぶっせい!!」(鹿兒島の方言で「良い恰好をして...」という意味)と思っていました。でも今自分がそう言えるのは、15年前、7回目の精神病院入院生活をしていた時に、自分で酒は絶対やめることは出来ないと思っていました。その私が15年酒を飲まずにいれたのは、何か不思議な力に頂いたものだと思えるからです。「なぜ日本では、AAメンバーが増えないのか？」このテーマで寄稿して欲しいとの要望を受け、私なりの経験考えを述べたいと思ひます。

今、日本のAAメンバーは約4500から5000人と云われています。5年前は4000から4500人と云われていました。数の上から見れば僅かですが増えているのでしょう。しかし日本にAAが伝わってから約33年がたっています。ビルWとドクターボブの2人から出発したアメリカをはじめ世界では200万人を超えていることを見れば少なすぎる数字です。

初めてAAに来た人のほとんどの人が半信半疑でやって来たと思ひます、自分の意思で来た人より、医療、行政の方々から背中を押されて来た人の方が多いといわれています。AAメンバーのメッセージで来た人もいでしょう。そんなニューカマーがAAにやって来た時に、グループで旨く対応できていないのでは？数回来ただけで来なくなる仲間を、沢山観てきました。私が最初AAに繋がった時は、AAでは教える事はしない。頭で酒は止められない。仲間は平等である。等々

色々な事が言われていて、理解できない事ばかりでした。だから仲間に色々聞く事は出来なかったし、本を読んでも役に立たないと言われて、本を読まずにAAの事がどうして分るんだとか、先ゆく仲間も同等なんだと自分の考えと違う時は反発したりしていました。しかし今では色々な経験で理解できるのですが当時は出来ませんでした。

だから最初にAAの3原則といわれる1:ミーティングに出る。2:スポンサーを持つ。3:ホーム・グループをもつ。を提案しなければいけないと思います。

1、1の大切なことは、出るだけでは駄目で人の話をよく聞いて自分の考え方、生き方を変えていく。  
2、2は、3つの提案の中で一番大切な事だと思います。自分が最初にスポンサーを持つと思ったのは、偉い人(当時はそう考えていました)AAの常任理事の方に限ると思いました。そうすれば周りの人が自分を見直すだろう。という単純な考えでした。ただそれだけで、何の相談をするわけでもなく、以前の自分の考えで行動していました。しかし今のスポンサーには自分が間違えた事を正直に話し、迷うことがあれば色々相談しています。だから自分が楽にして貰っています。今度もう一人スポンサーをお願いしました。AAで言われるサービス・スポンサーです。その方からはサービスのことを色々学んでいます。「AAの役割は、自分を成長させて貰える特権である。だから輪番制というのがある」と、だから自分に役割が回ってきた時は喜んで出来る様になりました。

3、ホーム・グループを持たずにやっておられる方もよく見ますが、うまくやって居られる方よりも、AAから消えて行く人の方が多かった様です。色々なグループに顔を出す、それも大きな力を貰えるかもしれませんが、しょせん帰る家がない家族と上手くやれないホームレスです。だからホーム・グループは家族ではないかなと思っています。

先日、福岡の先ゆく仲間と電話で今度のテーマのことで色々話す中で、「AAでは、皆平等である」この事で自分の考えを話しました。

アルコールである事は同じでも、新しい人と先ゆく仲間は平等だと考えているのはおかしい。と言ったところ、彼が亡くなったピーター神父の言われたことを話してくれました。「AAで古い仲間がそれを言えばそうである、裏返して新しい仲間がそれを言えば、嫉妬である」自分もそうであった。目から鱗が落ちました。やはり自分の考えを正直に話せば、古い仲間から良い事を教えてもらえるという事です。

最後にAAの言い伝えで、良い言葉を知りました。  
「AAの魔法の杖…」それは行動である。

ニュー鹿兒島G石松

「メンバーが増えるところと、  
増えないところ？」

20年前に、県の中程にあるK市で、アディクションの専門医の手助けを受け、AAと出会うことができました。そのプログラムの効果と、深い感謝の思いから、長いこと気になっていた県南のAAのない地域で、約4年前からグループをスタートしました。以前の自分のようにアルコールで苦しむ方々と出会いたいと、週1

回夜のミーティング、月に1~2回の昼のミーティングを開催しています。なかなかメンバーの増えないミーティング場を維持しながら、そのS市周辺でのメッセージ活動に四苦八苦している現在です。どうしたらこのS市でもAAを利用していただけるか。自分がAA活動のメインにしてきた、今でも年々メンバーが増加しているK市の状況と比較しながら、このところ考えつつあることをいくつか、書き出してみたいと思います。

S市でのグループ活動スタート時には、当然ながら市内や周辺の関係機関へ案内含めご挨拶に回ったつもりでいました。そうした個々の機関を訪問することを継続していくことが大切とは思いつつも、自分の他の役割にかまけ、長く訪問を中断してしまっていましたので、参加者が増えないのはそうしたことが大きな原因かと考え、2008年にかけて訪問した場所や、以前行けないでいたところにも少しずつ足を伸ばすよう努めてきました。そして、そうした関係者とお会いするいろいろな場面の中で、何故K市でメンバーが増えるのか、つまりS市周辺にないものが、遅まきながらより理解出来てきました。それはK市に専門医がいることで、K市周辺は医療関係者の病気に対する理解とその治療の流れが整っていること。そしてその専門医が社会資源としてのAAの効果を理解し、なお信頼して患者さんの背中を強力に押して下さっていることでした。この秋には、ある治療機関訪問からの帰り道、自分自身がK市でそうした治療の流れの中で、命が助けられてきたことの感謝と、どう表現したらよいのか戸惑うような悲しみもあいまって、ハンドルを握りながらも涙が溢れてしまうことがありました。(しかし、こういう思いからは前向きな力が湧いてきますね。)

現実として、今の自分達に出来ることは何か。

考えたことの1つめ。現在のこの地域での専門医の不在や治療の流れに関しては、どうすることもできない。しかし、AAを社会資源として有効に利用して下さっている県内の他の地域の関係者に、病気のこと、自助グループの効果について、またその利用の仕方など、関係者が関係者にメッセージをしていただけるような場を設けることはできそう。《おっ！これは広報フォーラム？》もちろん私達が直接関係者に説明し働きかけることも大切ではありますが、今までの広報フォーラムの報告書を読ませていただくと、そうした場で関係者間の情報交換をしていただくことも、より効果的な方法かとも思えます。

そして2つめ。関係者の皆様やたくさんの方々のAAメンバーの方々の応援でやっとAAの芽が出始めた20年以上前のK市や県内の事情に詳しい、ある活動的な関係者に、「S市周辺、県南はなかなか難しくて・・・」と最近ついボヤキをこぼした時のこと。即座に返ってきたのは「昔、先行く仲間がしてくれたように、セミナーをどんどん開催するとか、とにかく動くことだよね。」の言葉。関係者に回復する病気であることをご理解いただくには、実際の回復者を見ていただく。私達の経験を聞いていただく。「ですよ～、本当にそれが一番ですよ～。」と笑顔で返答しながら、オープンスピーカーズなどのセミナー開催はもう少し先に・・・と

思っていた私はもう内心ドキドキ。

3つめ。以上のようなセミナーを開催するにしても、できるだけ多くの関係者に会場に足を伸ばしていただけるような関係を日頃から作っていくこと。やはり足で稼ぐ？

4つめ。現在のミーティング開催の方法を再検討してみることに。

以前 K 市でも AA という自助グループは本を読ませられたりして、難しい場所というイメージがあったと仲間が話していたことや、昨年初めて見た D 会のパンフレットが、カラーのイラストの多い、とてもわかり易く読みやすいものであることに感心させられたり、また最近、他県ではありますが、関係者の方から「AA は頭のよい人たちの行くところのようだから」（えっ！）というような感想をいただいたという話も聞き、何か胸に引っかかるようになりました。私自身はどちらかという、よりステップの分かち合いにこだわったミーティングを望んで今回グループをスタートしたのですが、AA のよさを大切にしながらも、もっと関係者やご家族の感想、意見を聞きながら、現状のミーティングが初めての方々に参加しやすい場であるのか、グループの仲間たちと改めて話し合ってみたくて考えています。

この県南の地域でもアルコールの問題で苦しむご本人、ご家族は多くいらっしゃるようで、関係者の方々も大変ご苦労されているのに、AA を含む自助グループがあまり活用されていない状況は辛いものがあります。しかし、けっして焦ることなく、できること、できないことを仲間や関係者の方々と相談しながら、こつこつとやっていきたいと思っています。何しろ、こうした過程が自分自身のソブラエティを守り、幸せな生き方を教えて下さると実感していますので。東北地域 T

#### 「AA のメンバー数について」

ここ数年、日本の AA のメンバー数が何故増えないか？、という問いかけが頻繁に聞こえるようになりました。それとも増えているの？という疑問もあります。‘07年にメンバーシップサーベイなるアンケート調査がありました。その調査に携わった人たちは、結構徹底した調査を敢行しました。その結果日本には500グループ有って約5000人のメンバー数が確認されました。

どんな団体であれ人の集まりは一時はある程度伸びるがやがて頭打ちになるのが、世の常です。AA とて例外ではないのかとも思えます。

世界中で約200万人のメンバー数の内アメリカだけで100万人超のメンバー。残りの100万人を仮にAA グループが有るとされる150ヶ国で割ると約6700人。日本の5000人は世界平均を少しだけ下回ることになります！！ この現実是不安なのか安心なのか、それともあまり意味はないのか？

何故増えないのか？にスポットを当てれば、幾つかの理由が考えられます。マスメディア、医療、行政等に対するメッセージ不足があげられるでしょう。

私は、東京で病気になり、東京で AA につながりました。基本的に週3～4回のミーティングに通い週1～2回の委員会やメッセージに顔を出しています。私の

行く場所は何処もメンバーで溢れています。時間不足でミーティングで発言できない事も度々ありますがそれはそれで受け入れています。ですが、場所によって異なりますが、実際はミーティング場に来る仲間の大半、若しくは殆どの方は病院や施設からの方達です。その方達のメンバー意識はかなり薄いのが現状ですが、それは仕方ありません。私とて最初からメンバーになるつもりで AA にきたわけではありませんから！

近視眼的に東京目線で見てもどうかとは思いますが、そのようにメンバー意識を持たない方や、近年増えつつあるホームグループを持たないいわゆるホームレスの方達を含めたなら、5000人の2倍から3倍は AA のキャンパスに日常的に出入りしているのではと、思うのですが！。私の思い過ごしでしょうか？。

1975年に、最初は一桁の数人の仲間で立ち上げた日本語 AA グループが33年後の現在5000人を数えるまでに成長した。多いか少ないかは別にして、これは紛れもない事実でしょう！。問題は伸び率なのかもしれません。

AA というアメリカ生まれの霊的なプログラムが、基本的には仏教思想の日本の土壌でどれだけ根を張り芽をだせるのか、とにかく種は蒔かれたわけです。

今年も、今年もです！私の周りだけで、私の直接知っているメンバーが5～6人亡くなりました。死因は様々ですが、全国的には年間どの位のメンバーが亡くなるのでしょうか？。そのようなデータがあるのかないのか知りませんが、聞いたことはありません。今後 AA 人口が、爆発的に増えることはあまり期待できませんが、それでも少しずつですが増えつつあるという実感はあります。実際に亡くなったメンバーの数だけ確実に減るわけですが、全体の数字は減らないからです。

亡くなっていく方達を上回る新たなメンバーが誕生している証だと思えます。

「人事を尽くして天命を待つ」の例えもあります。個々のメンバーや各グループがステップや伝統を通して次の人に述べ伝えてゆくなら、必ず明るい未来があると私は信じています。私の周りのメンバーやグループは、結構サービス活動を活発に行動しています。時代によってサービス形態も変わっています。

大局的に観て、今は増えるか増えないのかの過渡期なのかも知れません。

潜在的な方も含めると、日本におけるアルコール依存症者の数は300万人～400万人とも聞いたことがあります。メンバー候補生には事欠かないわけです。効率良くという考えは大事な事かも知れませんが、私は地道な個人ベースのメッセージに救われました。

今、生かされている、という実感があります。命ある限りサービス活動を続けたいと思います。それが私の生きる道ですから！！

東京 野口

#### 第20回 WSM (ワールドサービスミーティング)

WSM 後期評議員まさよ

第20回 WSM は「サービス：感謝を行動に表す(仮訳) (Service: Gratitude in Action)をテーマに10/26(日)～30(木)、ニューヨークで開催されました。べ

ラルーシとラトビアが新規に参加し、計 35 カ国/地域から 59 名の仲間が集いました。今まで日本からは WSM 評議員は前期後期各 1 名の計 2 名が派遣されていましたが、今年の評議会の決定を受け、ここ 4 年間は WSM 評議員 1 名体制ですので、今回は後期私人の参加でした。

WSM は、共同創設者ビル W. の発案により 1969 年に始まりました。ビルは AA 全体のことについて何時までも合衆国/カナダが取り仕切るの逆三角形であるべき AA の原理から考えておかしく、その代わりとなる世界レベルの意思決定の場を作るべきだと考えたのです。第 2 回は 1972 年、以後は 2 年に 1 度開催されています。

基調スピーチ、各国の現状報告、そして 1. サービスにおいて感謝の念をどのように表現しているか？ 2. 若い仲間が一体感を持ち、居心地を良くするには？ 3. 世界的な成長と変化 4. メンバーシップサーベイサービスにおける有益なツール 5. AA の書籍を分かち合うことの重要性 6. オンライングループのどのように機能しているか？ アノミティは守られているか？ 伝統に沿っているか？ の計 6 つのプレゼンテーションが行われました。ちなみに私は 2 について、自分がヤングとしてつながった経験を中心に分かち合わせて頂きました。

小グループに分かれて話し合うワークショップは 1. 新しいメディアと伝統 2. 常任理事会とジェネラルサービスオフィス (GSO 日本では JSO) はその国の法制にどのように適用しているか、そして 3. 概念 10 (「すべてのサービスの責任には同等の権限が伴わなければならない。その権限の範囲は常によく定義されていなければならない」) の 3 つが行われました。これらを通して感じたことは、AA はどこでも同じであり、と同時に「所変われば AA も変わる」と言うことです。女性、ヤングの参加はどこでもあまり芳しくないようです。AA と治療施設の関係も「協力すれど従属せず」であるべきなのですが、施設からアルコールに問題のない人も送り込まれてしまいミーティングが混乱する等必ずしもそうならないことも日本同様のようです。

そしてメインテーマのサービスですが、どこの国でも人材難のようです。AA を成り立たせる三角形の一边、サービスの原理 = 1 2 の概念についてメンバー間であまり理解されていないこともどの国でも同じのようです。私自身、「1 2 の概念」を読んだことはあっても仲間と分かちあったことがほとんどなかったのも、概念 10 のワークショップには気後れしながら臨んだのですが、他の国からの仲間も同じようで正直、ほっとしました。

一方、日本とは「違う」と感じたこともあります。アフリカではミーティング中に強盗が押し入ったり、北米やオーストラリアなど大きな国では地区委員会の

ために何百キロもクルマを走らせたりしているのだそうです。またアフリカやインドでは多くの言語があり、書籍もそれだけの言語に翻訳する必要があります。みなこのようなハードルを「問題」ではなく、果敢にも「挑戦」と表現していました。治安も良く、国土も狭く、基本的に単一言語の日本で「遠い」だの「大変だ」と文句をたれていた自分が恥ずかしくなりました。

そしてプレゼンテーションのテーマともなったオンライングループですが、日本ではまだオンライン上のミーティングは存在してもグループはありません。しかし遠隔の地に住んでいたり、病気や障害等で家から出られない仲間のために、グループとしての存在を認めている国がかなりありました。そのグループの代議員は地域のサービス活動に参加し、地域もグループとしての存在を認めているのだそうです。もちろん伝統、特にアノミティやネット上のエチケットに配慮しても批判的言動がエスカレートしがち、献金の徴収/サービス活動への参加が困難、たとえスリップしてもいまいち分からない等問題も多いようで、通常のミーティングに代替するものではなく、止む得ない場合の次善の策のようです。

また AA で本名ではなくニックネームを名乗る風習があるのは参加国中でもやはり日本だけのようでした。ところで今回は家族 (夫/妻だけでなく子供、親など) や友人と一緒に来られた仲間がかなりいらしたことに驚きました。評議員が会議中、同行の方々は現地の歓迎委員会の手厚いおもてなしでニューヨーク観光を満喫されていました。「良い埋め合わせになった」とみんな喜んでいました。また夜は夜で時差ぼけ (ともちろん興奮) で眠れないのを生かして仲間と連れだって現地の深夜ミーティングに出かけたりと、AA を愛し、リラックスして楽しみながらサービスに参加しています。こういうソブラエティもあるのだなあ、と「目から鱗」でした。

詳細につきましては各地域でのラウンドアップもしくは地域集会などで報告させて頂きたいと思います。1 名で報告にあたるため、至らぬ点も出てくるかもしれませんが、ご理解とご協力のほど、お願い申し上げます。そして例年のように報告書 (原文の英語のものも、ボランティアの仲間が日本語に翻訳して下さるもの) も、各グループの代議員宛に送付させて頂きます。世界の AA について、実に興味深いことが書いてありますので是非、ご一読下さい。

なお次回第 21 回の開催地は 10 カ国にもものぼる立候補国の中からメキシコシティに決まりました。テーマは「スポンサーシップ：私たちの責任」(Sponsorship: Our Responsibility)です。

編集・発行： NPO 法人 AA 日本ゼネラルサービス (JSO)

〒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

<http://www.aajapan.org> [aa-iso@cam.hi-ho.ne.jp](mailto:aa-iso@cam.hi-ho.ne.jp)

(月一金) 10:00-18:00 (土・日・祝) 休