



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.145

新しい地区が誕生します！ 四国のグループが地区として活動開始です。

四国のグループが集まって地区サービスを！

中四国地域 ま い

しばらく前のことになりますが、2005年度中四国ラウンドアップ（愛媛県松山市）開催の折には、全国の仲間のご協力をいただき、ありがとうございます。その後四国の方向はゆっくりと変わり始めました。

それまでの四国のメンバーは個人的な繋がりはあった仲間もいましたが、グループ間の交流はほとんどありませんでした。それぞれのグループが孤立していたような気がします。そういう状況の中であるグループは地域登録そのものを知らなかった、という話もありました。その後、数人の仲間から「四国の仲間が集まって話をしませんか」と提案があり、初めて四国の仲間が集まったのが2006年7月でした。

最初は顔合わせの懇親会のような感じでしたが、その中で色々な悩みが分かち合われました。その後数回続いていく中で正式に「四国の集まり」が発足し、サービスに興味のある仲間なら誰でも参加でき、分かち合うのはサービスのみ、という有志の会になりました。集まり主催のオープンスピーカーズミーティングも今年で5回を数えましたが、いつも開催地はグループが誕生したところやグループだけではイベントができない所で開いてきました。時々脱線しそうになりながらも、みんなの力を合わせて一緒に四国の各地へメッセージを運ぶという目的が常にあったように思います。

1回目に「四国のミーティング一覧を作ろう」、から始まり、不思議なことに有志なのにグループ単位で情報の送付先を提出してもらったり、希望する仲間に対しての一斉メール配信があったり、アノニシティ管理、情報管理の事務係がおかれ、その後金銭の問題があって会計係が選出され、1県から1人の議事進行係を選出して4人の議事進行係が作られていきました。2～3年位前からでしょうか？個人の責任、集まりの責任、グループの責任という問題が頭をもたげようになりました。必然から生まれた係、参加自由の有志の集まり、活動・・・地区の話が議題に上るようになっていきました。でも私も、もちろん地区を経験したことがありません。地域サービスに関わったこともない仲間がほとんど・・・昨年1年は特にサービス機構の勉強会の時間を取り、2010年を有志のまま継続か地区に移行するのかの結論を出す年に決めました。今年3月には他の地区から仲間が四国まで来てもらって話をしてもらいました。そこで一致できるところから始めれば良いこと、でも最低のルールは必要なこと、そしてそれらは四国の仲間が決めれば良いこと等、体験を伝えてもらいました。

ミーティング場とグループは2倍以上に増えました。グループ、メンバーの交流も頻繁に行われていますし、定期的にイベントを行うグループも増えてきました。今年に入り2県で女性

ミーティングが始まっています。

2009年末より四国の集まり主催のミーティングが松山市で月1回行われています。打ち合わせもしていないのに四国の各地から毎回メンバーが来ます。1時間半のミーティングに片道4時間以上かけてくる仲間や高速バスで出かける仲間や途中まで公共機関を使ってきて、仲間の車に合流する仲間もいます。

私はAAに繋がって14年になりますが、早い時期から「四国に地区を作ったら？」という提案を受けていました。とりあえず形を作ってしまう、という意見もありましたが、やっぱりAAは逆三角形ですね。5年という集まりの期間は長いように感じられるかもしれません。メンバーから必要だという声上がるまで、四国に必要で大切な時間だったと感じています。

今年、6月に四国の集まりは2011年1月1日に四国地区を立ち上げることを決定しました。確かにグループやメンバーの間には温度差があります。でも違いがあるから様々な知恵が集まって成長できると思います。

この間、全国の仲間のお力添えがありました。四国のメンバーだけで為し得たことではありません。今後とも新しく立ち上がる四国地区に全国の経験を分かち合っただけですようお願い申し上げます。

新たらしいB類（アルコールク）常任理事が誕生！

B類常任理事 糟谷

はじめまして、2010年9月にB類常任理事として選出されました“糟谷”です。アルコールクです。ホームグループは、中部北陸地域愛知地区 あおいグループです。

ごあいさつと自己紹介を兼ねましてAAとの出会い、サービスとの関わり、そして私の抱負を述べさせていただきます。

2000年もう人生に疲れて、21世紀なんてこないでほしいと思いつつ2001年精神病院からAAにつながりました。家族・家庭・家も仕事もみんな失ったと思っている自分がAAに初めて行ったとき「なんて呼んだらいいの？ニックネームでもいいよ」と言われ「さとし」と答えました。まだ失ってないものがあって、それが親から付けてもらった名前だったので。残っているものにひとつ気付かせてくれたことがうれしく感じました。それ以来自分のAAでの呼び名は「さとし」となったわけです。そのとき自分の周りには居場所と呼べる場所はなく、唯一見つけた居場所がAAだったので。話しかけると、正直いって鬱陶しかったし、怖かったけれど、それでも心のどこかでうれしくも感じていたことを思い出します。

AAの中にはいつも自分の居場所があったので、すごく大切なものでした。いつもミーティング始まるずいぶん前から（ミーティングチェアパーソンより早く）待っている仲間が必ずいて、グループのメンバーが来ると「遅い！」ってマジに言

う仲間。ミーティングが終わって黙々とカップを洗ってくれる仲間。タバコを吸いながら長々とアフターミーティングを始める仲間。そんな仲間達と出会うのが好きだったし、安心感を感じていました。いつも仲間と出会うAAミーティングの時間と空間が好きでした。

そんなあるときふと思いました、「だれが、ここを開けているのかしら？」いつもよりずっと早い時間にミーティング場に行ってみたら、そこでいつも怒って文句を言っている仲間が、不自由な体で椅子を出しミーティングの準備をしていました。「あれっ、このグループのメンバーでしたか？」

「違うよ、でも仲間が来てくれたとき椅子がなかったとき困るだろ。早くグループのチェアマン来いよっ！、あーめんどくせっ」って…僕はそのときちょっとうれしい気持ちになって、彼の椅子出し準備を手伝いました。

それからしばらくして自分のホームグループを決めて、ミーティングチェアパーソンや代議員をやらせていただきました。そのときもミーティング場に行くたびに、その彼が来て「遅い！」と文句を言っていました。それだけの話なのだけど、ミーティングを開けてくれる仲間、椅子を用意してくれる仲間、コーヒークップを洗ってくれる仲間、どれもとっても素晴らしいサービスです。こうした仲間のための「準備を行うことと後片付けを行うこと」がとっても大切だと思いました。

地区委員・地域委員長・セントラルオフィス委員・評議員・AA日本35周年実行委員とサービスの役割をいただきながら大事にそのことを思ってきました。この度、常任理事として選出され財務担当の役割をいただきました。仲間から「お預かりした大切な献金」を間違いのないように受け取って目的のために運用を考えて行きます。

これからは、「献金が入った」とかの表現を自分は、使わないようにしていこうと思っています。仲間からお預かりした大切な献金なのだから…AAの大きな目的のために…。

第7回AA日本広報&病院施設フォーラム

実行委員長 山形グループ 飛鳥

AA日本常任理事会主催の広報・病院・施設フォーラムが、例年に無い猛暑の続く中、8月に山形市において東北では初めての開催となりました。メンバーの熱意が伝わり医療機関、家族、AAに関心ある方々の多くの参加があり、そして東北のAAのメンバーは勿論、遠くは鹿児島から駆けつけてくれたAAメンバーとともに盛況のうちに終了することが出来ました。

口下手で不器用な私が何故か実行委員長を任せられることになりましたが、このニュースレターを通してあらためて関わってくれた皆さまに感謝と御礼を申し上げたいと思います。

昨年の3月に実行委員会を立ち上げ、大八木担当常任理事や仙台からは実行委員会事務局、そして福島県からも実行委員、主催県となる山形のAAグループメンバーと一緒に、毎月山形で開いてきました。会議を重ねるにつれて今回のフォーラムの持つ意味が少しずつ理解できるようになり、その重要性から大きなプレッシャーと大きな不安を感じるようになってきました。ソーバーはわずかに6年の私に本当にAAの全国規模の大きなフォーラムで自分が委員長を務められるのか、この実行委員会で大丈夫なのか、本気でみんな協力してくれるのだろうかなど、仕事でも頭から離れないようになってしまい、押し潰れそうに感じるような日々が続きました。これは昨年生活拠点が変わり、山形のメンバーと話し合う時間が少なくなったことも

原因のひとつかもしれません。しかし、心配したり不安に思ったのは私だけではなく、山形のメンバーもみんな同じだったと思います。共通の目的と責任感を持って、私以上に行動していたのだと今更ながら感謝の思いが一杯です。

実行委員会のメンバーを始め仲間は病院や関係機関、施設等に幾度となく広報のために足を運び、案内状の発送や、フォーラムに向けての準備に取りかかりました。このような活動を通して私はAAのミーティングでよくできる言葉『仲間』『感謝』というものを素直に受け入れることができました。

今回の広報・病院・施設サービスフォーラムでAAに対して非常に理解のある病院、施設、大学の先生そしてAAメンバーの生の声を聞くことができました。一人でも多くの関係機関に従事する方々がAAに対して関心を持ち、少しでも理解をしていただければ、いいなあと思います。そして、今後の課題として感じたことは、アルコール依存症の専門病院と診療所だけでなく、お酒のせいで身体を壊したのは解っていても、世間体や勤務先への配慮から、どうしても専門病院に行けない人たちに焦点を当て、一般の病院や精神科クリニックの先生、様々な場所のケースワーカーにもAAの情報を伝えられたら良いと思いました。更に矯正・保護施設、警察関係の人にもご理解していただきたいと願っています。

実行委員会メンバー全員が何とも言えない達成感を得ることができたフォーラムでしたが、今回限りでは意味がありません。今回を「はじめの一步」と捉え、この地域のどこかで毎年行うようにしなければならぬと思いました。

余談になりますが、当日山形のある病院に入院中の方がフォーラムに足を運び感動して、山形のミーティングに来るようになりました。広報フォーラムをやってよかったと思っています。

第4回矯正・保護施設メッセージフォーラム

関東甲信越地域矯正施設委員会委員 むさしのグループ ちい

11月27,28日とさいたま市の浦和パルクで開催されました、実行委員として関わってきた私は感謝の中で「やっと終わった」というのが実感です。

今年から関東甲信越地域の矯正施設委員会に携わり、今回は実行委員会の書記としてお手伝いさせていただきました。多くの方々に尋ねながら、教えてもらうことで、AAと矯正の目的が「くり返さない」という同じことだと気がつきました。私は矯正施設の経験はありません、10代からの飲酒、摂食障害で精神病院への入院がなかなか受け入れられずにいました。結局、入院したことで救われたたという経験があります。

矯正施設メッセージに参加するきっかけは、いくつか読んだ本とAAのメンバーからの後押しです。初めて行ったのが千葉の更生保護施設で、その後女性だけの更生保護施設や刑務所にも行っています。刑務所メッセージでは、担当者から「先生！」と呼ばれて、思わず「先生ではないのです、アルコール依存症の…です」って。笑いが起きて緊張感がほぐれたことがありました。

人見知りが強く、人前で話すことはとても苦手でしたが、何度か参加しているうちに慣れて来たようです。私は今、AAのプログラムを実践して行くと、少しずつ回復することができると感じています。私の経験が役に立ってくれるかもしれないと思って、矯正施設関連のメッセージを続けています。

フォーラムの一日目に、元甲府刑務所所長の徳永健二氏のお話の中からにじみ出てくる謙虚さや温かさに心を打たれまし

た。

フォーラムには様々な分野の先生方が協力してくださいました、どのお話もみんな大きな財産としていただくことができました。

病氣と犯罪は紙一重・・・育ってきた環境や生活苦からくる犯罪、本人は気付かずに犯している罪、心の病氣から犯してしまう罪、先生たちのお話を聞いていて、私はただ運よく捕まらなかっただけ・・・本当にぞっとしました。

AAのプログラムを進んで取り入れてくれて、さらに広がりを探求されている先生方の話には、私自身も意欲が高まるのを感じました。なんとか苦しんでいる人たちをミーティングに結びようと努力され、自身も積極的に参加したりしている熱い思いが伝わってきました。少し日常の社会とは違うように思える矯正・保護施設へのメッセージの大切なことは言うまでもないことで、矯正施設委員会のメンバーとして経験を話し続けて行くと思いました。

全国のメンバーとの分かち合いの中で、たくさん問題や課題があることもわかりました。「回復の姿を目にしたい」とお話されていた先生方に、私たちが応えられるようにしたいと思います。

この分野は司法、医療、地域コミュニティ全ての協力が特に必要だと思います。矯正・保護施設からの社会復帰は容易ではありません、新しく生きること、諦めないこと、人を信じて頼ること、自分を知ること、悪い循環を断つことが私はAAのプログラムに出会っていくらかわかってきたようです。この思いをまだAAのプログラムに出会っていない人たちに少しでも伝えたいと思ったフォーラムでした。

第3回 AA 中部北陸地域ラウンドアップ in 三保

実行委員会委員長 Della

一昨年前から始まり、第1回は乗鞍、第2回は金沢で開かれた中部北陸地域ラウンドアップを今年は静岡地区で行うこととなり、昨年11月23日月曜日勤労感謝の日祝日に沼津市労政会館にて第1回実行委員会が開催されました。司会の地区委員の仲間が「誰か実行委員長やりたい人〜？」って言うので、「は〜い♪」って手を上げたのですが、これが1年間におよぶ霊的体験(?)の始まりでした。個人的なことですが、自分の場合ラッキーなことにAAにつながったばかりの頃から、近隣の先行く仲間やスポンサーたちからいろいろなイベントやセミナーに連れて行ってもらっていて、早いうちからその魅力に取り憑かれていました。特に宿泊を伴うイベントに関しては、「参加して一晩泊まるだけで力をいただける」と言っていた先行く仲間がおりましたがまさにその通りで、参加を重ねる度に、機会があったらぜひイベントを開催する側をやってみたいと思っていたのですが、それはAAでいう「無償でいただいたものを無償で返す」という殊勝な気持ちからではなく、参加する以上に企画の方が楽しそうだという動機の方が強かったのです。困ったもんだ。とりあえずそんな感じで始めた実行委員会でしたが、1年間本当にいろいろなことを経験させていただいたと思っています。

当初候補地として御殿場市にほぼ決まっていたのですが、静岡県を象徴する北の富士山と南の太平洋の両方が望める静岡市(旧清水市)三保の東海大学研修館に変更することになり、月1回のペースで実行委員会を開くこととして、準備に入りました。年が明けて1月には現地視察を行った後、毎月の実行委

員会で、テーマ、タイムスケジュール、費用、役割、各種イベント等について検討し、決めていくのは本当に楽しい作業でした。乗鞍・金沢での盛況が記憶に新しく、また、地理的にそれらの場所より関東に近い三保での開催ということもあり、より盛大なイベントにできるのではなどと安易に考えてのスタートでしたが、実はこれが大きな誤算で、参加人数を多く見積りすぎていたため、後になって慌てふためくことになるのでした。当初宿泊予定人数を150名、参加申込締切を9月21日としていたのですが、広報活動が遅れていたこともあって、締切1ヶ月前の時点での宿泊申込が予定の1割程度という状況で、緊急実行委員会を開くといった有様でした。対策として申込期間の延長(締切日の変更)ならびに料金の変更および広報活動の強化を行うことを決定し、実行に移すことによって、何とか予定の半数程度まで、参加者数を増やすことができましたが、先行く仲間の皆様からは、「AAのイベントが不成功に終わった例はないから心配することはない」、「ハイパーパワーがついている、何とかなるから大丈夫」といった励ましのお言葉をいただき、事実その通りに事は運びました。実行委員会のメンバーのほとんどにとってこのような大イベントの企画ならびに実行は初めての経験だったのですが、それにしても先の参加人数の見積りや料金の設定、予算の作成等に関しては、もっと状況をしっかり把握したうえで細かい作業がなされるべきであった等反省すべき面が多く、今後のイベント運営にこの経験を生かしていきたいと思います。

そんな試行錯誤を繰り返した後、ついに開催日を迎えるわけですが、当日は天候にも恵まれ、各イベントやミーティングも盛況のうちに行われ、無事終了することができました。自分自身は昼間は〜と受付におりましたので、各種ミーティングや散策等、昼間のイベントにはほとんど参加できなかったのですが、それぞれ楽しく行われたとのことでした。また、急遽参加してくれた韓国からの仲間や、このラウンドアップでワンデイを迎えた仲間、天女役の仲間等、大勢の仲間と共に一晩目はキャンプファイヤー、二晩目は全体ミーティングで楽しい時間を過ごすことができ、本当に良かったと思っています。全体ミーティングで行ったラッフルに関しては、先の参加者見積りの失敗があったため、少々不安を感じていたのですが、予想以上の反響で、早々とチケットが売り切れる盛況の中、イベント自体もかなりの盛り上がりで、「AAのイベントがうまく行かなかった試しはない」との先行く仲間の言葉の正しさと、ハイパーパワーの存在を実感させていただきました。

反面、わざわざ遠くから足を運んでくれた仲間達への対応という面で、例えば当日参加してくれた仲間に対して、食事の手配等もう少し柔軟な対応をとることができたのではないかと、献金等にももう少し謙虚な態度をとれたのではないかと等、イベントが終わって数日が経った頃新たな反省点が見えて来て、実行委員会の仲間と再度棚卸しさせていただきました。

また、いつの日か静岡でお待ちしています。

実行委員会一同より、感謝を込めて♥

第2回九州・沖縄地域

広報&病院・施設フォーラム in 鹿児島

鹿児島地区実行委員 りゅうせい

2010年11月7日(日)鹿児島県民交流センターにて、「アルコール依存症からの回復ー離島への架け橋 AAの愛の手を」をテーマとする「第2回広報&病院・施設フォーラム in

鹿児島」を開催させていただきました。美しい離島を多く抱える九州・沖縄地域ではその恵みをいただく一方で、かの地の「今苦しんでいるアルコールリック」にAAのメッセージもなかなか伝えられない現状を憂っていました。ですから、昨年11月の地域委員会で開催を快く受諾させていただいた時点で、メンバーの情熱は軽々と海を渡っていました。

活気に満ちた実行委員会、離島広報目的にメンバーの相違で設置された地区内献金、九州・沖縄地域をあげての全面的バックアップ、医療・行政関係者の多大なる関心・協力。私達は未知の冒険に興奮し、お祭り騒ぎでした。ところが、6月に奄美大島、徳之島、7月に屋久島・種子島と離島で広報を重ねるうちに、聞いていた以上の深刻な状況に大きな意識改革を迫られたのです。

AAの認識、「依存症は回復できる病気である」という病識以前に「専門病院が無いため回復者のモデルがない」医療の現状、「日々のトラブルの処理に追われ、手が足りない」行政の声、「アルコールリックであることがばれたら島に（家族ともども）居られなくなる」差別意識、なにより強烈だったのは「アル中で何が悪い？」という絶望の嘲笑でした。私達は11時間を要する帰りのフェリーの中、繰り広げられる酒盛り追いやりながら、自分達が関係機関と理解者、なによりAAと仲間にも恵まれた環境にある事を呪ってさえいました。しかし、この場で発せられた「生きて居る場所がたまたま違うだけで仲間を殺してもいいのか！」という叫びが、私たちの本当の始まりであったように思うのです。

専門病院、精神科、保険関係機関、看護学校は勿論、今まで縁遠かった専門学校、クリニック、労働組合など草の根を分けて広報に行かせていただきました。既存のマスコミだけではなく、コミュニティラジオやケーブルTVにもコンタクトを取りました。メンバー一人一人が、誇りを持ち「今苦しんでいるアルコールリック」のために自分が出来る全てを差し出しました。離島で見て聞いて感じた一つ一つが私たちを前に進めました。

当日、離島から駆けつけてくれた仲間や友人を筆頭とする約200名の思いと共に、私達は離島への架け橋の竣工式を挙行させていただきました。これから肅々と陽気にみんなが渡れる素敵な橋を築いていきます。ここは19世紀の世界ではありません。新しい世界で新しい生き方を始められるように。世界中のどこにいても笑顔でつながることができるように。仲間と一緒に一人も欠けることなく全員が幸福であるように。

最後になりましたが、九州・沖縄地域をはじめ、支えていただいた全国の仲間と友人に深く感謝申し上げます。常に私たちは皆さんの良心と共にありました。来年5月鹿児島では、奄美大島にて地区オープンを開催する運びとなりました。小さな花が実を結び始めます。

どうぞ、海と光、喜びと希望に満ち溢れたかの地で、また皆さんにお会いできることを、心から楽しみにお待ちしております。

JSOが下の3階に移転しました

10月20日にJSOが引っ越しました。といっても同じビルの4階から3階なので、電話やFAXの番号、メールアドレスをもそのままだし、実はポスト自体も動かしてないので古い住

所のままでも郵便物は届きます。

引越しの理由は、ビルの大家さんが、JSOのある4階に、家族の方を住ませたい、については引越しに伴う費用は負担するので、空いている3階に移ってもらえないだろうか、とお願いされたからです。賃貸契約の更新時期とも重なっていたので、周辺の物件への引越しも検討しましたが、JSOにはAAの本の「書庫」としての機能もあるため、どうしても一定のスペースが必要となります。また、評議会勧告でもあるアーカイブの整理と、以前から要らないものを整理して、JSOのレイアウトを変えたいよね、という話をしていた常任理事会では、仲間からの献金を使わずに移動のできる良い機会だからと、この申し入れを受け入れることにしました。

JSOの設立から来年で30年、要町の駅近くにあった橋ビルからの引越しからでも10年が過ぎ、事務所のいたるところに資料の山ができていました。最初に業者さんに見積もってもらった段階で、荷物の量が段ボール200個分くらいになります、という話でしたが、これを機会に必要なモノを選別し、当日にはかなりスリム化することができました。

意外と大がかりになってしまったのが電話やコンピュータ類の引越しです。昔のように電話線とコンセントをひっこ抜けばいいわけではなく、ネットワークの設定から見直さなければなりません。ただ、今回の引越しは機械類と荷物の引越しの両方を、大家さんが懇意にしている同じ業者さんをお願いすることができたので、とてもスムーズに進めることができました。一番ありがたかったのは、床のカーペットとブラインドを新調してもらえたことです。汚れが目立つのは気になりましたが、とてもシックな色調のものを入れていただいて、ずいぶん事務所らしくなったと思います。

これからアーカイブのためのコーナーや、広報や取材用に使えるような一角を整えていきたいと思っています。

同じビルのなので相変わらず池袋駅からは少し距離がありますが、ぜひ一度新しくなったJSOにお越しください。職員一同、皆様のお越しをお待ちしております。

出版局からのお知らせ

『アルコールリクス・アノニマス回復の物語 vol.2』

来春の発行予定です（頒価300円）

英語版『アルコールリクス・アノニマス』（ビッグブック）の後半に収録されているAAメンバーの回復の物語の日本語翻訳版第2集となります。

昨年1月に発行された第1集は、共感と感動をもって迎えられ、広く普及され、回復への連鎖を広げました。

第2集には、＜第1部：AAのパイオニアたち＞から、最初の女性メンバーによる「女性もまた苦しむ」と、「恐れを克服した男」、＜第2部：時間があるうちに酒をやめた人たち＞から、「医者の不養生」と、新たに翻訳改訂された「受け入れることが答えだった」、＜第3部：ほとんどすべてを失った人たち＞から、「二つの贈り物」と、「回復への展望」の6編が収録されます（すべて仮タイトル）。これらのAAメンバーの多様な回復の物語は、読む者に勇気を与え、アルコールリズムからの回復への希望を与えてくれることでしょう。広くご活用ください。

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> jso-1@fol.hi-ho.ne.jp

(月～金) 10:00～18:00 (土・日・祝) 休