



AA日本ニュースレター

No.175

■AA静岡地区オープンステップセミナーを通じて

静岡福祉大学 社会福祉学部長 教授 長坂和則

【大学という場でのスピーカー】

大学という環境の「場」において、AA オープンステップセミナーが開催できたことは実りある大きな収穫となった。学生・医療関係者・地域の専門職の方々の参加を得て、同じ病気に苦しむ仲間たちが、セミナーで12のステップで語られた自分のお酒との体験の話に参加者の多くの方々がうなずいていた。もちろん大学として出来ることは、12の伝統やAAのルールによって会場を提供するのみであるが、多くの参加者を得ることができた。

これまでも一場面で仲間の方々にメッセージとしてお話をいただいている。考えてみれば私が精神保健福祉士の養成に携わり16年になるが、必ずAAメンバーやJSOのご協力を得てメッセージをいただいていたのであった。教科書に記載されている内容よりも仲間の方々の体験を重視し、援助の対象となる方々の病気と回復を知ってもらいという一途であった。

教育機関の中に仲間の体験談が入ることは、さまざまな意味を持ち合わせるものである。メンバーの皆様から語られる「自分に正直になってみる」「素直に語る」その体験は、学生たちの心の中にさまざまなきっかけを得ているようである。「自分の家族をみつめること」「自分自身の体験を振り返ること」「友達を思い浮かべること」等々となる。そこには、学生たちの共感もあれば不快も相反して存在するであろう。しかし、アルコール依存症という病気の根深さや家族の想いと苦労は底知れぬことを理解する。そして、このアルコールの問題は多くのものを巻き込んで進行していく事実を知るのである。一方で、学生たちの目の前でその体験を語る彼らは「飲まないで生きている」ことを実証してくれているものでもある。

【気がつけば支えられている実感】

私自身これまでの精神科ソーシャルワーカー(精神保健福祉士)として20数年間精神科病院やクリニックに勤務し、アルコール医療を通じて多くの方々と出会い支えられていたという実感に包まれる。もちろん尊敬する精神科医の諸先生との出会いも私自身が取り組む姿勢に大きな影響を与えていたのである。

AAとの出会いも入院患者さんと共にオープンミーティングに参加していた。精神科ソーシャルワーカーとしてもまだ経験が浅く、病棟のアルコールの治療プログラムの一環でワゴン車を運転し、入院患者さんと一緒にミーティング会場へ向かう日々だった。たぶん、その頃の私は「仕事で連れてきているのだ」という思いがあったのではないだろうか。しかし、私自身の耳が次第に出来上がってきたように感じる。そこで、ある大きな会場で開催された12のステップセミナーで

語られた体験が援助者としての心を揺さぶられたのを記憶している。アルコール依存症という生き方とこの病にかかわりを深めて行くことになった。そこで「やめて生きられる」「回復可能な病気」であることに手応えを感じるようになった。

精神科病院の保護室の中で離脱に苦しんでいる姿や入院中の患者さんとじっくりと話し合いながら、アルコール依存症という病気を援助の過程で一緒に歩み、悩み…一人ひとりの回復を望みながらかわりを続けていた。その実践の場はそれぞれ移ろうとも「茨城時代の仲間たち」「北海道時代の仲間たち」「東京時代の仲間たち」「山梨時代の仲間たち」…そして、「残念ながらアルコールが関連して命を落とした仲間たち」。いつも多くの方々のご縁があり勉強をさせていただいた。それはまだまだ今でも途中であると考えている。

現在は静岡の地で仲間の皆様から協力を得えて、情報をいただきながら支えていただいている。本当に感謝の気持ちでいっぱいである。私自身もスピーカーの皆さんの体験に耳を傾け、これまでのアルコール医療での現場で出会った方々の顔や体験を思い浮かべるのである。そのときの支援はどうであったのかを振り返る機会ともなっている。そして、そのアルコール依存症や薬物依存症という病気について学生たちと共有しているのである。

私が授業の中でビルやボブの話をして「誰？それ…」とピンと来ない表情であるが、仲間の体験と仲間から聞くビルとボブの物語には「へえ～」と聞いている。私よりもかなりの説得力のある体験がある。

【近年のアルコール・アディクション問題の可視化】

地域の保健・医療・福祉にかかわる支援者の専門職の方々から、中高年者のアルコール問題の事例をうかがう機会が多くなった。やはり、現場ではリタイヤされた方々のアルコール問題と高齢者がかかえる依存の問題にも取り組まなければならない現状がある。

アルコール関連問題やアディクション問題について「どうかかわつたらいいのか」という問いが多くあることを実感する。そして多くの取り組むべき課題が、地域に潜在化している状況も事実である。

では、アルコールやアディクションについて学ぶ場とはどこであるのか。もちろんその各々の資格のベースとなる大学や専門学校で学ぶことになるのであるが、それは、すべて現場で授業をおこなう教員の力量に任されているのである。教科書を書いている私自身、テキスト上には苦しみや依存症のメカニズムまではじっくりと書き入れることができず、触れられる程度のことしかできない。もっと充分な深みを持った支援の方法論を書き、知識を持って現場で実践をして欲しいのであるが…。つまり、知識や情報の不足は専門職としてそれぞれが資格を得て社会に出て行った時に、その人が持つアルコールやアディクション問題のイメージで取り組むしかなくなるのである。これもさまざまな人からのかかわりから知り得た情報となっている。

大学という環境から、地域の専門職の方々と協働して、支援に向けたあり方を新たな発信なることが一つの使命であるように思える。ここにも仲間の皆様のお力をお借りしなければならぬと考えている。

本当に日々仲間の皆様には「感謝」の想いだけである。ありがとうございました。

■各地域より

グループの棚卸し

~~~~~

前号に引き続き、あるグループで昨年行われました、「グループの棚卸し」議事録の後半部を掲載いたします。

【7】皿洗いや掃除といった仕事を果たすことも含め、いろいろなサービスは 12 番目のステップを行う上で大変重要であること、そしてグループにとって大変価値あることだということ、メンバー全員に時間をかけて説明しているだろうか？

- ・食器洗いなどは、つながった時から先行く仲間のおり自然に行っていた。
- ・メンバー全員には言っていないが、大切さは感じていて自分が率先してやることでメッセージになるのでは。
- ・自分でやり過ぎの感があるので、だんだん声かけも出来るようになった。
- ・全員には説明はしていませんが、係としてはないけれど、サービスの原点はコーヒー、コップ洗い。ただ、メンバーが固定して入りにくい面がある。
- ・食器洗いなど、最初は入り込むのが怖かったが楽しいこと変わった。新しい仲間への声かけが大事では。

【8】ミーティングで話をしたり、またいろいろなグループ活動に参加するチャンスは、メンバー全員に与えられているだろうか？

- ・参加してくれる人が足りない。先行く仲間の話も大事ですが、新しい仲間にも話してもらうことも大事。
- ・ミーティングがワンパターン化していて、どこまで自分が入り込んで良いのか迷ったが、今は少しずつ参加しながらやっています。

- ・スポンサーシップの中での提案で順番にやってきて問題が見えてきました。

- ・グループメンバーが多い割にはビジネス出席者が少ない。自分のグループのビジネスとバースデーは出なさいと提案を受けています。述べ伝えが大事だと思います。

【9】自分たちの係りを選ぶ際、人気コンテストに票を投じるのではなく、重い責任を伴う役割を引き受けてもらうのだからということをおきまえて投票しているだろうか？

- ・役割をしたいからやっている。結果ソブラエティーにつながるの良かったです。

- ・スポンサーシップの中の提案に従って、出来ることから実行。

AAの原理が大事で、その意識のもとで引き受けている。

- ・役割が自分をしつけてくれ、自覚が生まれた。

フォローしてあげるなど気楽に出来るようにする。

- ・やってくれるメンバーが不足しているの、自分がやっちゃい反省しています。責任の説明をしてあげることが大事だと思います。

【10】自分たちのミーティング場をできるだけ魅力あるものにするため、できるだけ努力を払っているだろうか？

- ・ミーティングが主体なので、1時間30分の分かち合いの中で、いかにありのままにいられるかが問われている。

- ・グループとしての形を話し合う必要があるのでは。例えば、ミーティング場の立地条件が現状で良いのか、教会に依存し過ぎていないか、ミーティング会場の書籍の置き方とか。

- ・ミーティング場に初めて見る人がいたら、出来るだけ話しかける事が必要。

- ・ミーティングは希望という空気が大事。

回復は空気感染する。リラックスとユーモアで客観的に話すことで希望となる。

- ・ワンデーの仲間がなかなか続かない。サポートが必要。

【11】回復、一体性、サービスという三つの遺産であるAAの目的に向けて、自分たちのグループもその目的に向けた役割りをきちんと果たしているだろうか？

- ・役割は一人で抱え込むものではなく、役割をしていなくても一体性は出来る。

- ・グループ全体で関心を持つことが大事で、無関心についても考える必要がある。「私が」ではなく、「私たち」が大事で全体が問われている。

- ・概念の分かち合いはともかく、最大限のことは出来ていると思います。現在、役割の手引きを作成中です。

- ・役割を終えるとそれきりで、その後はフォロー役が必要。

【12】地域社会の中の専門家——医師、聖職者、司法関係者、教育者、また、助けを求めてきたアルコールと最初に接する立場の人——のところに、AAのメッセージを届けるため、最近グループで行ったことは何だろうか？

- ・一會場で、神父さんが交代する時に教会の配慮があつて、AAの紹介をした。

・機会があって教会の神父さんや信徒さんの前で、私はこの会場で助かっているなどと言うことで理解してくれました。

・地区 OSM にあたって今年では警察署にも広報しました。出向いて行って顔を合わせながらすることが大事だと思います。

**【13】グループは伝統7(注. すべてのAAグループは外部からの寄付を辞退して、自立しなければならない)の責任をどう果たしているだろうか？**

・経済面では自立していると思いますが、例えば、ビギナーズミーティングを増やす場合など、お金もかかるということも覚悟しなければならない。

・教会会場でのフェローシップを開催するにはそれなりの感謝献金が必要です。私達に甘えがあるのでは。

・グループメンバーからの献金は多い。問題は額ではなく自立しているかどうか。

・自立はしていますが、グループメンバー数の割には献金が少ない。

#### 【今回の棚卸しの感想】

● 去年の棚卸しはグループの欠点の洗い出しをやったが、話す人が限られていた。今回は 13 項目について事前に書いてもらってから棚卸しをしたので、事前によく考えることが出来てよかった。皆が話せてよかった。

● 時間を区切った司会進行でよかった。よい経験と思うので、出来ればオブザーバー可でやりたい。

● 初めて参加した。事前に 13 項目のワークシートを配っていてやりやすかった。ビギナーでわからないなりに書けたのでよいミーティングができた。

● 砂時計で1人 3 分話すのは公平。恐れずに徹底してよかった。きたんの無い意見、思ったことが言えた。正直にしゃべれたのはよかった。

● 伝統ミーティング以外で伝統のことを話すことができた。

● Q&A、自分の経験した無知や誤解をわかちあえたらと思った。グループの成長に、理想や夢でなく現実として向き合えてよかった。傍観者になりきっていた自分がよくみえた。これからも仲間との関わりを密に、伝えたかったことを大きなお世話と思われても伝えていきたい。

● ひとりずつ正直な意見を出した後に、皆でその項目をディスカッションするイメージをもっていたので、ディスカッションはなく 1 項目1度しかしゃべれないのかと思ったが、言いつばなしの聞きっぱなしで時間を決めたミーティングだからと理解した。ディスカッションはビジネスでやればいいのかと思った。

● 新しい仲間とともに、定期的に今回のような AA プログラムの原理をよりよく理解するための棚卸しを経験することが必要だと思う。これはビジネスの積残し議題の話し合いとは別に、グループで毎年同じ時期にやりたいと思い、提案したい。

(編集部まとめ)

## ■JSOより

**JSO事務局長の村田さんが退職されることになりました。**

-----

法人担当理事 中山

このたび残念なことに、JSO事務局長の村田さんが来年2016年の1月一杯で退職されることになりました。村田さんは2011年1月にJSOにパートとして入職されました。会計の分野で長年培った手腕を発揮され、おかげをもってJSOの会計システムが円滑に維持されるようになりました。2013年8月からはJSO事務局長を引き受けていただきました。山本幸枝さん以来十数年ぶりに、JSOのトップをノン・アルコールの方を務めていただいたわけですが、バランスの取れた見識と社会的良識を持って、他の職員や常任理事を始めとして全国のAAメンバーを導いてくださいました。この奉仕に対しては感謝という言葉では足りないぐらいです。

今後につきましては追ってご案内いたしますが、事務局長(所長)職は新井職員に、会計事務などは笠原職員が引き継ぎますこと、皆様にお知らせします。感謝をこめて。

## ご挨拶

-----

JSO事務局長 村田

来年2016年の1月末にてJSOを退職することになりました。在職中の皆様のご厚情に心から感謝申し上げます。経理担当で入職して、AAでの経験のない私が事務局長の職を2年間無事に務めることができたのも、JSOスタッフ、理事、メンバーの皆様を支えて頂いた賜物です。本当にありがとうございました。

この5年間に常任理事会、評議会、記念集会などの場で回復への道を歩いている大勢の方たちにお会いして様々な経験を通し、生きる力を頂きました。自分にできることは限られますが、ひたすら明朗な会計を目指して努めてきました。ただし、収入の回復には至らず、自分のパワー不足を反省しています。

AAの活動を支えるには、JSOとして、自分は何ができるかを常に考えて行動してきたつもりですが、さまざまな議論を行っているメンバーの方たちを見聞きするたびに、「この情熱や愛情には、まだまだかなわない。これが、回復への道なのかもしれない」と感じていました。自分の回復への道のりは、まだ長いと思いましたが、40周年記念発行の日めくり版『今日を新たに』(価格2,000円)の作成にかかわってからは、母の介護に疲れてつまづく日めくりをしています。

『今日を新たに』7月24日の”人の役に立つ”に助けられています。相手のことを常に思って必要に応じて助ける。生きていく目的は、ここに集約しているような気がして、これを思い出しては、心を落ち着けています。同じ経験がなくても少しでも分かち合うためには、相手の気持ちを考えることが大切と気付きを頂きました。

お酒の問題で困っている人に、AAを知っていただくには、皆様の活動がすべてです。『今日を新たに』1月1日”私が奇跡”、この言葉が皆様の活動の源となりますことを願っています。事務局長の職を離

れても、身近なところからAAの存在を報せて、いただいた経験を伝え、JSOでの5年分の感謝をお返していきたくと思っています。最後にごめんなさい。日めくり版『今日を新たに』は、あと残り350冊を切りました。もちろん来年もお使いいただけます。今のうちにどうぞご購入ください。ありがとうございました。

## 『アノニシティカード』のご紹介

アノニシティカードの原文と翻訳を紹介いたします。どうぞご活用ください。

### A.A. ANONYMITY (ANNOUNCEMENT FOR READING AT MEETINGS OPEN TO THE PUBLIC)

There may be some here who are not familiar with our Tradition of personal anonymity at the public level:

“Our public relations policy is based on attraction rather than promotion we need always maintain personal anonymity at the level of press, radio and films.”

Thus, we respectfully ask that A.A. speakers and A.A. members not be photographed, videotaped, or identified by full name on audiotapes and in published or broadcast reports of our meetings, including those reports on new media technologies such as the internet.

The assurance of anonymity is essential in our efforts to help other problem drinkers who may wish to share our recovery program with us. And our Tradition of anonymity reminds us that “A.A. principles come before personalities.”

[http://www.aa.org/assets/en\\_US/f-20\\_anonymitycard.pdf](http://www.aa.org/assets/en_US/f-20_anonymitycard.pdf)

## AAにおける無名性、アノニシティについて (メンバー以外が参加するミーティングでの案内)

ここにお集まりのみなさんの中には、公の場におけるAAのアノニシティという個人名の扱いに関する伝統についてご存じない方がいらっしゃるかもしれません。その伝統はこのようなものです。

「私たちの広報活動は、宣伝よりもひきつける魅力に基づくものであり、活字、電波、映像の分野では、私たちはつねに個人名を伏せる必要がある」

AAメンバーやミーティングで話している人を写真やビデオに撮ること、また、印刷物や放送、音声録音において、メンバーのフルネームを使用することは、ご遠慮くださるようお願いいたします。インターネットのような新しいメディアにおいても同様です。

AAの回復のプログラムを求める問題飲酒者を手助けするために、アノニシティの保証は不可欠な要素です。アノニシティの伝統はまた、個人よりもAAの原理を優先すべきであることを、いつも私たちに思い起こさせてくれるものです。

## 改訂版『AAグループ』のご案内 (価格380円)

パンフレット『AAグループ』は、グループのガイドブックとしてよく活用されています。増刷に伴い、最新の英語版の内容を反映いたしました。パンフレットの構成は、参照しやすいよう、次の4つの分野に分かれています。

(1)AAグループとはなにか (2)グループはどのように機能するのか (3)地域での活動 (4)AAのサービス機構におけるグループの位置づけ

目次は、グループに関連した問題が探しやすいように、できるだけ詳細に示しました。

すでにお持ちの方も、この機会にぜひ、使いやすくなった『AAグループ』をお求めください。



編集：ニューズレター編集委員会・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 3F 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