

AA日本ニューズレター

私書箱

㊟100-91
東京都中央郵便局
私書箱916



AA日本ゼネラル・サービス・オフィス内 広報委員会
TEL03-590-5377 ㊟171 東京都豊島区池袋 2-1083 橘ビル 9F



No. 15

< 特別寄稿 >

アルコール医療とAA

鹿児島森口病院 森口 進

私は昭和48年精神科を開業しました。入院患者さんはお年寄りとアルコール症の患者さんが大部分でした。当時はアルコール症の特別な治療は無く、精神安定剤や睡眠薬を使い、レクとか作業ばかりでした(現在は離脱期以外は精神安定剤、睡眠薬は絶対に使いません)。

昭和54年、厚生省主催の久里浜病院でのアルコール中毒研修会に参加しました。その最終日に一人のAAメンバーのスピーチを聞きました。これが私とAAメンバーとの初めての出会いでした。その後AAやアラノンに魅せられて、何回となく東京のミーティング会場に足を運びました。57年6月、東京のAAセミナーに入院患者さんを一人連れて出席しました。57年9月に長崎で開かれたAAステップセミナーに5人の入院患者さんと出席しました。57年9月21日、長崎に参加した人々を中心に、AA鹿児島グループが誕生しました。ミーティング会場は病院の敷地内にあるプレハブでした。その後退院したAAメンバーは、月に1度長崎AAに通っておられました。病院ではどうしてもなかった患者さん達が回復される姿を見てAAの力に驚いていました。58年7月、AAは自立しなければいけない、病院に依存してはいけないと会場を市内の教会に移されたため、入院中の患者さんたちは出席できなくなったので、立腹し、前の会場(病院内のプレハブ)で下田グループを新しく創設したのです。私は全く関知しませんでした。

またこの頃は、AA鹿児島グループも2年を経過し、すばらしいグループとして成長していました。退院後は必ずAAに紹介するようにしました。この新しい治療が始まってから、どんどんと回復者が増えてまいりました。AAがあったればこそと思って

おります。

病院の治療プログラムはAAミーティングとは全く異なります。この治療は、動機づけ 自己変革 AAについての勉強の3つの目標を持っています。入院治療は建築に例えますとあくまでも基礎工事であり、本工事は退院後のAA出席であると信じます。

病院では月曜から金曜まで毎日、午前午後グループ治療が行われます。夜はAA下田グループに出席してもらいます。退院前2週間は市内の他のグループに出席を義務づけております。AAの無い地域からの患者さんや独り住いの人達はAA出席が困難となり、スリップの危険が大ですので、ソーバーハウスと名付けられた3つの共同住宅に、3人、4人、5人と共同で生活してもらいます。昼間は病院で治療を受け、夜はAA出席を義務づけております。ハウス入所後3ヶ月過ぎるとアルバイトを許可します。働くようになってAA出席だけは義務づけません。このようにしてハウスで生活した人の60%は回復し、その中でも1年間ハウス生活をした人は、その80%が回復されます。

種々、心理療法(交流分析、ゲシュタルト療法、エンカウンターグループ等)に出席しますが、AAの12ステップに勝るものは無いように思います。

ア症からの回復には、関係ある全ての人達の協力が必要です。特に病院とAAとの協力は強く望まれます。

今私の病院とAAとは、とても良い関係にあると思います。良い関係を続けるためには、私達病院側もAAの伝統10を守り、AAに対しては意見を持たないことが大切だと思います。いつまでも良い関係でありたいと願っております。

1989年 AAスローガン決定

「生きたサービス。それは、愛のおくりもの」

集まろう北の大地へ

—— AA北海道12周年—— ラウンドアップ
テ - マ = 北の原始林の中でゆっくりやろう



会場：支笏湖観光ホテル（千歳市支笏湖温泉）

0123-25-2211

日時：1989年6月17日(土)、18日(日)、19日(月)

広大な北国北海道にAAが紹介されてから12年.....。様々な困難な問題に当面しながら現在では、『飲まないで生きよう』を合言葉に、札幌を中心に小樽、帯広、清里、紋別、伊達、浦河と10数ヶ所のミーティング場(グループ)に広がっています。社会から見離され、死への行進を続けていた仲間が、AAに出会い、生きる仲間を探し求め大きく社会に羽ばたく姿を見ることが出来るようになって来ました。今年1月北海道インターグループをも発足させ更に飛躍しようとしています。しかし、病気はしつこく我々に迫ってきます。そこで12周年では広い北海道で=ゆっくりやろう=をテーマに全国の仲間と原始林が残る支笏湖で語り合い、遊ぼうと計画しました。新緑の6月北海道に集まろう。

[プログラム]

(M = ミーティング)

6月17日(土)

- 13:00 ~ 受付
- 16:00 ~ 17:00 仲間との分かち合い
- 18:00 ~ 19:00 夕食
- 19:00 ~ 21:00 各地グループ紹介

* 24時間開放ルームで仲間との交流

6月18日(日)

- 7:00 ~ 8:00 朝食
- 9:00 ~ 11:00 小グループM
- 11:30 ~ 13:30 昼食(趣向を凝らしています)
- 14:00 ~ 15:30 関係者の話し
- 15:30 ~ 17:00 ヘルパーズ・ネットワークM
ヤングクローズドM
- 18:00 ~ 19:00 夕食
- 19:30 ~ 20:30 ラッフル・イン・フィーバー
- 20:30 ~ 21:30 ゲストスピーカーM

* 24時間ルームで喜びを分かち合い

6月19日(月)

- 7:00 ~ 8:00 朝食
- 8:30 ~ 遊覧観光バス出発(支笏洞爺
国立公園・他)

連絡問合わせ先:

AA北海道インターグループ (011) 824-4670

“ ”

(0155) 24-8130

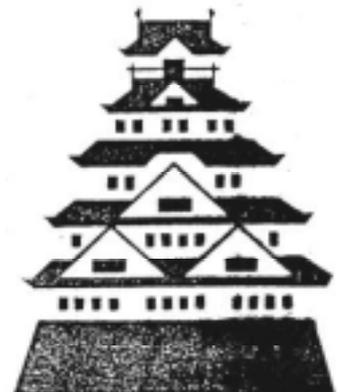
AA日本15周年記念集会ニュース
関東甲信越地域 No.3

15周年記念集会 ツアー募集近づく!!

関東甲信越地域ツアー委員会は、旅行業者と打ち合わせを重ねつつ、いよいよ近日中に記念集会ツアー参加予約受付を開始します。お金をためて、休みもとれるようにして待っていて下さい。

AA日本15周年「特別献金」は、本年12月末日までで、目標額100万円に対して4月4日現在、357,944円の献金が全国から集まっています。引き続き、メンバー及びグループからの献金をお願いいたします。

AA日本15周年記念集会運営委員会



👉 グル～ブ便り 👈

高知グループ

高知グループは1985年9月1日、わずかな仲間
で発足致しました。当初は体験が乏しく、ツーステッ
プダンスで、ただ仲間へメッセージを運ぶだけでした。
それでも一人二人と仲間が増え始めました。その中の
一人に、かつて教職の方がいて、12&12とビッグ
ブックを読んでくれて、一語一字を勉強したそうです。
だから、今でも高知グループではそれらを中心に勉強
しています。

火曜日のオープン・ミーティングでは入院中の仲間
は勿論、病院のワーカーにも出席していただいています。
水曜日は市の中心部から20分ぐらい南に行った
浦戸湾に面した精華園という病院に行きます。希望者
がいる時には必ず仲間が出席してミーティングを開い
ていますが、もう1年余り続いています。金曜日の愛
宕病院は市の中心部にあります。愛宕病院では一度独
立して愛宕グループをと試みましたが仲間の退院等で
うまくいかず、今は高知グループとして活動していま
す。

中島町のミーティングでは毎週木曜日はビッグブッ
クを「医師の意見」から「11章」までを少しずつ通
して勉強しています。土曜日は伝統の1から12まで
を繰り返し勉強しています。他の曜日は今月の場合、
ビッグブックの第5章の4ステップの箇所を勉強しま
す。但し新しい仲間が出席した時はビッグブックの初
めに戻るか体験談を行います。

ミーティングの時間は約2時間です。まず司会者が
ビッグブックまたは伝統を少し読んで、その中で分ら
ない字や理解できない言葉の質問に対して各人の意見
が出ます。だから一晩に1ページも進まない日がたび



たびあります。

毎月15日はビジネスミーティングの日です。これ
も発足当初から続いています。司会者は1週間交代で
すが、書記と会計は6ヵ月交代で、献金は6-3-1
プランに基いて行っています。ミーティング場は1年
を通して中島町教会を借りています。毎月最後の火曜
日の午後は大掃除を行っています。電気代は月に3千
円収めています。時々、協力者の別荘をお借りして1
泊2日の日程でレクと勉強を兼ねた催しをすることが
あります。その場合でもミーティング場には必ず誰か
いるようにしています。各地域でのオープン・スピー
カーズミーティングにも出来るだけ出席するようにし
ています。

1987年11月3日に東京の仲間の応接を得てオ
ープン・スピーカーズ・ミーティングを行いました
が、機会があればまた行いたいと思っています。高知
は遠い所といっても地続きになりました。大勢の仲間
の御来高をお待ち致しています。

----- メッセージを運ぶ

メッセージは何のためにあるのか？

経験が示す通り、他のアルコール中毒者と一緒に働
くことは、ほかの活動が良くないときでも、この行動
はアルコールをやめ続けることを確実にするものであ
る。また、自分を助けてくれた人々の恩に報いる最良
の機会にもなっている。それゆえに、メッセージを運
ぶことは最も重要な目的であり、第一の理由なのであ
る。

メッセージはどのように行えばよいか？

自分の体験を伝えることである。かつてどのよう
であり、何が起きて、今どのようであるかを正直に話す。
では実際にはどのようにするのか。まず、自分自身の

偏見を捨て、また偏見を刺激するような言葉は使わな
いようにすることである。彼が自分のことを話せるよ
うに、アルコールをやめるために悪戦苦闘したことの
経験をすべて話す。一杯のアルコールで、自分の考え
や行動が正気でない世界に入っていったこと、あの奇
妙な歪んだ精神状態が自分自身の意志の力ではどうす
ることもできなかったことを話し、それによって病気
であったのだということに気付いたことを話す。しか
し、彼にアルコール中毒者であるということ認めさせ
ようとしてはならない。また、やめるように勧めて
もならない。彼自身に結論を出させるようにする。(自
分の話ばかりではなく、彼にできるだけ自由に話しを
させる時間も必要である)。そして自分に何が起こっ

たか、靈的な体験を正確に話す。だが、宗教教育をしようとしているのではないこと、いかなる宗教、宗派の代表者ではないこと、自分が話していることは一般的な原理についてだけであることをはっきり話す。そして、メッセージにすぐ応じなくとも、がっかりしたり、焦ったりすることはない。心から興味を持つまで待つことである。

自分自身、メッセージはどのような時期に行うのがよいか？

自分の難題から逃れたときがよい。それはアルコールをやめてから一週間、一ヶ月、三ヶ月等がすぎたから、という期間ではない。

そしてサービスと同時に自分自身の回復のために行っているということである。近くの、遠くへのメッセージ、10円で電話をする、一杯のコーヒー、病院との協力、パンフレット、本、出版物、事務所との関わり、最も大切なことは一人一人の自発的な献身である。

俊信

< 関東甲信越地域 >

パブリック・ミーティング開催

主催： A A 関東サービス常任委員会
ディレクター： 広報委員会

余寒もめっきり薄れ、日一日と暖かくなってまいりました。皆さまには各地域のグループのサービスにご活躍のことと存じます。

さて、このたび A A 関東サービス常任委員会では、アルコール依存症者の手助けのために、この病気に関心を持っておられる方々に『A A』を紹介させて戴く『パブリック・ミーティング』を下記の通り開催することになりました。

各分野の方々、ご家族の方々と一日ゆっくりと A A を通して語らい、いろいろな方に A A を広く知って戴き、あらゆる立場からアルコール症者への手助けにご協力を仰ぎたく、ここに開催するものです。どうぞこれから来る仲間のためにご賛同下さいますようお願い申し上げます。

記

開催日時： 平成元年5月19日(金)
場 所： 東京都社会福祉総合センター(セントラルプラザ)5階
参加費： 1000円

プ ロ グ ラ ム

< 午 前 >

10:00 ~ 10:15 オープニングセレモニー
10:15 ~ 10:45 個人の話(ステップ)
10:45 ~ 11:15 グループの話(伝統)

休 憩

11:30 ~ 12:00 A A の現状(A A とは)
12:00 ~ 13:00 昼 食

< 午 後 >

13:00 ~ 13:30 関係者の話
寿福祉センター 村田 由夫
13:30 ~ 14:00 関係者の話
A S K 代表 今成 知美
14:00 ~ 14:30 関係者の話
東京工業大学保健管理センター
教授 板東 稔

休 憩

14:00 ~ 15:50 ディスカッション・ミーティング
(関係者・パネラー)
15:50 ~ 18:00 終りにあたって