



Alcoholics  
Anonymous

こちらAA  
専門家の皆様へのニューズレター

〒100-8691東京都中央郵便局 私書箱916

2005年

No.17

AA日本常任理事会  
広報委員会

発行所 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

## アジア文化の中のAA

元A類(ノンアルコール)常任理事 岡崎直人

### 【アジアにおけるアルコール問題】

まず、アジアにおけるアルコール問題の特性について3点指摘したいと思います。

第一に体質面ですが、アジアに住む人々、特に東アジアに住む中国人、韓国人、日本人はアルコール分解酵素の欠損により、飲酒すると顔が赤くなり大量に飲酒ができない人たちがいます。日本人では4割ほどの人がこれに当たります。つまり、アルコールになりにくい体質の人が一定程度いるのですが、それでもアジアの膨大な人口を考えると、アルコールが少ないとは言えない現状です。

次に経済面についてです。アルコール消費量は経済的発展に伴って増加するという統計があり、世界的に確認できる傾向です。日本の経済は行き詰まりを見せていますが、中国をはじめとしたアジアの経済発展は目覚しく、アルコールの消費は増え、アルコール問題が増えつつあるのは確かです。

第3に文化的な面に目を向けますと、西アジアでは絶対禁酒主義を取るイスラム教が盛んですが、東アジアでは仏教や儒教などが文化的に根底にあり、現在は禁酒主義を取っていません。また、キリスト教は少数派に留まっています。原始仏教は五戒という戒律の中で飲酒を戒めており、現在も禅宗のお寺の門の前には「不許葷酒入山門(くんしゅさんもんにいるをゆるさず)」という石碑が立っているのを見ることができます。昔、読んだ本は忘れましたが、ネイティブ・アメリカンやエスキモーと呼ばれていたイヌイットはアルコールと出会ったのが比較的新しく、酒文化の伝統がなかったのでアルコール問題が大きく、中国人とユダヤ人は古代から酒文化を持っており、アルコール問題が少ないという説がありました。本当でしょうか？

### 【先行く仲間】

それでは、本題のアジア文化とAAについての考察に入ります。東アジアの文化を考える際には、先ほど少し触れました儒教的な考え方が根強くある点をよく考える必要があると思います。これについては「先行く仲間」という言葉と「アノニマスネーム」の2点を取り上げてみました。

日本のAAでよく使われる「先行く仲間」という言葉を考えて見ましょう。ご存知の通りAAに先につながった人について使われる言葉です。これは通常、こうした場合に使われる「先輩」という言葉に含まれる上下関係の臭いを避けるために、自然発生的に使われ出したAA特有の用語であると思います。

これはAAの中では上下関係を作らず、平等でいようとす

る気持ちの表れなのではないかと思えます。AAは「温和な無政府主義(アナーキズム)」と自称するほどです。

他のアジア諸国に関しては詳しくは知らないのですが、日本語は上下関係を反映する敬語が極めて発達した言語であると言われてます。また、日本の社会的な飲酒風土としては、昼間の仕事では上下の関係が厳しく、仕事が終わった後に一緒に飲酒して、昼間の上下関係の垣根を取り除いて話をすることがよく行われています(ノミネーション)。アルコールが飲まないで平等の関係を作ることは当初難しいことなのかも知れません。私はアルコール病棟でソーシャルワーカーとして働いた経験がありますが、入院したアルコールの人たちも上下関係を作りやすく、一日でも先入院した人が先輩風を吹かしたり、再入院している人が威張っているという光景がよくありました。こうした不健全な上下関係をなくすために、日本のAAは様々な工夫をしたのだと思えます。

### 【アノニマスネーム】

アジア文化の特質としては、個人が十分に自立しておらず、家族の絆の力が大きいということも指摘できると思います。例えば、日本では(実は私の家もそうなのですが)、三世代同居している家族が多く、また死んでからも家族と一緒に墓に入る伝統があります。日本の一般社会では、職場でかなり親しくなっても苗字で呼び合い、下の名前前で呼ぶことは余りありません。これも個人よりも「イエ」を重んじる風土につながっていると思います。

AA発祥の地であるアメリカを始めとした欧米ではAAではファーストネームで呼び合うのですが、日本ではAAの伝統に沿ってフルネームを名乗らないためにニックネームやアノニマスネームを使うことが一般的になっています。女性に関しては日本でもファーストネームを使う人も多いのですが、男性の場合、苗字で呼び合うのでは一般社会と変わらないし、男同士がファーストネームでいきなり呼び合うのも気持ちが悪しい(日本では幼馴染や若いころの友達、あるいは家族・親戚以外ではファーストネームで呼び合う習慣がない)ということで始まった「日本の伝統」ではないかと思えます。皆さんもご存知の通りおかしなアノニマスネームもありますが。

この点に関して、本来のAAの考え方とは一致するのかわかりませんが、アノニマスネームという新しい名前を名乗ることによって、生まれ変わって新たな人生を生きることはアルコールの回復につながると私は考えています。中国で

は大人になると親につけられた本名ではなく、自分で「字(あざな)」をつける習慣があると言います。そうすると本名より字が使われるようになるのだそうですが、日本のAAの習慣と似ていませんか？

#### 【アジア文化とハイパーパワー】

アジア文化の中でのハイパーパワーという課題は、大変魅力的ではあるのですが、とても巨大なテーマで私の手には負えません。しかし、ビルが書いているようにAAとは、アルコールが仏教徒なら仏教徒のままでも本来の信仰に立ち戻り、回復して豊かな人生を生きるプログラムです。日本ではお坊さんの回復者のお話も何回か聞いたことがあり、ビルの願いがなかったと感じています。インドで活躍した修道女のマザーテレサがその人その人の信仰を大切に奉仕活動や葬儀を行ったように、AAは特定の宗教への改宗を迫るのではなく、AAが独自の宗教になることでもありません。AAの中に働く不思議な力をハイパーパワーと言い慣らわしているのです。それは西行の和歌にあるような「何事のおはしますをば知らねどもかたじけなさの涙こぼるる」の心境であると思います。

宗教との関連で言えば、実際的なことでひとつ指摘したいのは、AAの棚卸を聞く聖職者が日本にはほとんどいないということです。アメリカでは病院や施設に関わっている神父や牧師などが霊的なカウンセリングを行うのと同時にAAの棚卸の聞き役をしています。日本では、日常的には聖職者と接する機会が少なく、病院にお坊さんが出入りすると縁起が悪いと思う人が多いでしょうが、もっとAAプログラムを理解する聖職者が増えていくことを願います。

#### 【女性・若者・男性の回復】

日本のAAは歴史的に単身者や女性・若者のアルコールの回復に対しては大きな力となってきました。単身者に関しては、先ほどアジアでは家族の絆の力が強いと申し上げましたように、離婚したり、未婚のまま一人暮らしをしたりしている人たちは社会的少数派(マイノリティー)です。AAはクローズドと・ミーティングなど本人に焦点を当てた回復を目指しますので、そうした単身者の回復には当初から大きな力を与えました。アルコール関連のリハビリ施設では通所・入所を問わずAAとの強い絆を設けているところが多く、日本ではスタンダードなりハビリテーションの方法として認知されています。

また、女性の回復にも大きな力を与えています。女性は回復率が低いという説もありますが、私はそうは思っていません。以前に勤めていた病院は日本で代表的なアルコール症の専門医療機関でしたが、女性の入院者は約1割でした。AAの女性メンバーは約2割です。この2つのデータは単純に比較できるものではありませんが、その病院のプログラムでもAA参加を取り入れており、そこでは男性よりも女性の方がAAにつながっていく率は高かったのです。女性の回復には男性にない困難が多くあります。特にアジアでは先ほどの「イエ」意識が強く、男性のアルコールは休職できますが、女性のアルコールは外の仕事は休職できても家事の分担ができないので、家事を休むことができない状況があります。また、女性が飲酒することに対する偏見は少なくなったものの、女性が依存症になることへの偏見は強くあります。実際には、核家族化が進んでおり、子育てをおばあちゃんに頼むこともできず、夫も手伝わぬという中で、子育て中の女性への風当たりは強くあります。そうした中で、託児つきの女

性クローズドなどを設けながらAAは多大な貢献をしていると思います。

アルコールリズムに陥る若者に対してもAAは大変効果的であると思います。特に、若者にありがちな、薬物依存・摂食障害・アダルトチルドレンの問題など他のアディクションとの合併症に対しては、共通する12のステップによって回復を目指せるという利点がAAにはあります。

そうすると日本のAAでは、未だに家庭のある男性という、アルコールの中で一番厚い層への浸透が課題なのでしょうか？アジアは家族の力が大きいと申し上げましたが、日本の現状は家族ぐるみの回復という点では弱いという印象を持っています。AA発祥の地であるアメリカのオハイオ州アクロン市で行われたAAパースディー集會に参加した経験があります。その時にアクロン大学の体育館で回復したアルコールたちが家族と一緒に楽しそうに踊っていた光景を思い出します。日本で見られない光景です。家族と回復の喜びを一緒に分かち合う場を広げていくことが日本のAAに求められていることであると思います。この点は他のアジアの国々はどうなのでしょう？ぜひお聞きしたいと思います。

最後に世界のAAがそれぞれの国の文化や伝統を本当に尊重して、プログラムを進めていく姿勢のすばらしさを述べて終わりにいたします。AAではニューヨークのGSOから上意下達式に命令が降りてくるわけではありません。GSOからは各国の事情を十分に配慮した意見をいただき、その国で直面する課題を解決していくという姿勢です。これは多様なアジアの文化の中で日本のAAが他のアジアの国より少しだけ先を行った経験を分かち合う時にも学ぶべきモデルであると思います。

## 専門家の皆様へのニューズレター 休刊のお知らせ

### AA日本 常任理事会広報委員会

1998年(平成10年)2月の第3回全国評議会で専門家NLの発行企画が満場一致で採択された。第4号までは「こちらAA・専門家向けニューズレター」のタイトルで、第6号からは「こちらAA・専門家の皆様へのニューズレター」として第17号(本号)まで年間2回の発行を続けてきた。第5号は編集のミスで欠番号になったが、常任理事会広報委員会は8年間、様々なニュースやトピックスをお知らせしてきたと自負している。今年、各グループアンケートを行った結果、日本ニューズレターとの住み分けの意義、目的の方向性など、もう一度考えることが必要であると常任理事会は判断した。

2006年度からは日本ニューズレターの中で特集企画を加えることで、専門家の皆様へのニューズレターは休刊することになった。

せつかくの誌面であるが、お赦しをいただいて発行への経緯や、これまでに寄稿された皆さまへ御礼と感謝をこめて、簡単な紹介などを思いつくままに書いてみる。

そもそものアイデアはニューヨークGSOが発行している「ABOUT AA」である。ニューヨークGSOからは年4回(+年末特集)「BOX 459」というメンバー向けの二

ューズレターが発刊されているが、「ABOUT AA」はAAの友人たち・関係者たちに届けるニュースレター（A Newsletter for Professionals）として年間3回ほど発刊されている。ニューヨークGSOのホームページからはバックナンバーもダウンロードできるはずだ。評議会が始まって以来からのA類常任理事として広報委員会を担当された岡崎直人氏からの提案で、AA以外からAAに対する意見、考え、提案などを求め、それをAA以外にお知らせ、お届けすることを目的に評議会にその発刊企画が上程、採択された。

岡崎理事の持っている幅広い人脈だけが頼りではあったが、ともかく編集委員会を立ち上げ、日本ニュースレターの誌面作りをお願いしているメンバーにもう一つ上乘せの無理を聞いてもらい実行に移った。こうして第1号は6月発行の予定が2ヶ月遅れて8月過ぎになってしまったが、岡崎理事の発刊に向けてのご挨拶と当時のもうひとりのA類理事、笹隈みさ子（弁護士）さんに寄稿をお願いして出来上がった。この「地域の中での回復を」と題した文章は今でも重みのあるものとして残っている。

また、第2号も1988年の発行予定が翌年にずれ込み2月の発刊となった。今も、矯正施設関連の大きな貢献をいただいている法務省の荒木龍彦さん、同じくAAが生まれた時からのよき理解者で、メンバーの回復に側面からの大きな力をいただいているソーシャルワーカーの斎藤昭夫さんに寄稿をお願いし、快くご承知いただいたことを感謝している。

第3号に至ってやっと当初のスケジュールに戻り、6月の発刊にこぎつけた。当時横浜中福祉事務所のケースワーカーだった須藤八千代さん（愛知県立大学教授）とフェミニストカウンセラーの渡辺ひろみさんから、それぞれの立場でAAの外側から見たAAについて感じたことをご寄稿いただいた。

第4号は高澤和彦氏（埼玉県立精神保健福祉センター）より「あなたもAAのサポーターに」、という援助者へのメッセージとして魅力ある文章をいただいた。この号には当時B類（アルコールク）常任理事だった池田・J氏より関係者への感謝をこめての寄稿を掲載した。

このニュースレターのタイトル「専門家向けニュースレター」は言葉のニュアンスに問題があるかも知れないということで「専門家の皆様へのニュースレター」に変更された。新規第5号のつもりで印刷所から刷り上げた誌面にNo.6と印字されているのに気がついたのはしばらく経ってからである。すでに時遅く5号は欠番となった。この年は2月にビッグブックの改訂が行われ、3月に関東甲信越地域が主催する25周年記念集會が開催された。大きな節目の時であったせいなのか注意力が足りなかったことは今思い出しても、赤面の至りである。それはさておき、日比谷公会堂に1200人以上のメンバーが集まり盛大に開催された25周年記念集會は、代々木のオリンピック記念青少年総合センターに場所を移し各種ミーティングなどの分かち合いが行われた。プログラムの中に国際シンポジウムが企画され、アメリカから2人の医師と1人のソーシャルワーカーがゲストとして来日された。A類常任理事の精神科医師の田辺等先生（北海道精神保健センター）、同じくA類常任理事の保健婦の平野かよ子さん（国立公衆衛生院）とともに、当日熱心にご参加いただいた専門家、関係者たちと様々な角度から分かち合いが行われた。田辺先生と現在のA類常任理事の大河原昌夫先生にご寄稿いただいた、この特集が幻の第5号で、誌面にはNo.6と印刷されている。この号には「ビッグブック翻訳改訂に至るまで」としたA日

本出版局からのメッセージが、改訂された12のステップと12の伝統とともに掲載されている。

というわけで次は第7号になる。ニューヨークGSOの「ABOUT AA」にA類常任理事としてアルコール医療の分野で著名な研究者、ジョージ・E・ヴァリアント（ベイラント）医師を紹介した文章が掲載され、「希望とソプラエティは密接なつながりがある・・・」これを翻訳してお届けした。また、精神保健福祉士の小関清之氏（現在は山形・木の実町診療所、当時は若宮病院）から社会資源の乏しい田舎で、アルコールク（アルコール依存症者）の回復を支える力強いエールをいただいた。

第8号は節目ということで、このニュースレターの目的を再確認するという企画になった。A類常任理事の田辺等先生に「アルコールリズムとAA」と題して12の説明を書いていた、これを掲載した。各地域のセントラルオフィス情報もお届けした。初心に戻るため、第1号に掲載した岡崎直人氏の挨拶を再掲させていただいた。

7号で紹介したジョージ・ヴァリアント医師はアルコール医療の分野でかなり高名であり、優れたフィールドワークを研究成果として持っている人であると聞き及んで、10月のニューヨークで開催されたWSMの中で、WSM評議員に日本への招致をお願いした。ニューヨークGSOと常任理事会は快くこれを受けていただき、ヴァリアント先生のスケジュールなどを連絡してきた。冬季はオーストラリアへ避寒に訪れているとのこと、メールでのやり取りが行われ2002年2月の来日にこぎつけたのである。

このヴァリアント先生からのお手紙で9号は始まる。続いて先生のグレイプバイン誌とのインタビューが紹介された。インタビュー後の顛末も翻訳されており、AAメンバーにとって関心が強い、回復についての話題であった。

AAとの出会い、触れ合いの時期、機会によってその回復は様々だと思うが、一般論のとおり早期発見、早期治療が回復に好結果を与えるのは事実であろう。第10号は公衆衛生学の専門家、角田透医師（杏林大学医学部）にアルコール依存症の予防についてご寄稿いただいた。病気にかからないようにする予防とは別に、病気を悪化させないことや、再発を防ぐことが第3次予防として大切なもので、本人はもちろん、周囲の環境の問題でもあることが提起された。同時にニューヨークGSOから出された「ABOUT AA」より「アメリカ合衆国・司法省国立矯正研究所長官は語る」を翻訳して掲載した。A類常任理事であるアレン・L・オールド教育学博士が語った内容は、現在の日本ですぐに活用されるものではないと思うが将来必ず役に立つことであろう。また半年以上前の出来事ではあるが、9月11日の同時多発テロ後にニューヨークの被災地で行われたミーティングについて、グレイプバイン誌の記事を翻訳し掲載した。AAのミーティングがいつでも、どこにでもあることに胸を熱くした。

第11号には現在A類常任理事の大河原昌夫先生が「AAの希望」と題して女性の回復やハイヤーパワーについてのご寄稿をいただいた。また、2月に来日されたヴァリアント先生が京都で講演された際、開催準備などにご苦労いただいた麻生克郎先生（復光会垂水病院医師）が「アディクションと脳とヒューマニズム」と題して原稿を届けてくれた。この年、滋賀県近江八万市において初めて開催された広報・病院・施設フォーラムの報告が常任理事会広報委員会から感謝と共に届けられ、当日のアンケートの一部を紹介した。

ここまで誌面の構成をA3版両面としてきたが、ホームページに掲載してダウンロードをしてもらう都合でA4版4ページに組替えることになった。日本ニューズレター77号から100号まで、そしてこの専門家の皆様へのニューズレター第1号から11号まで無理を言って紙面作りをお願いしていた仲間から、いよいよ役割交替を要請され人探しを始めざるを得なくなった。しかし、AAという共同体にはハイパーパワー？があることをまた見せてもらうことになる。一度だけミーティングでお会いした遠い場所の仲間の顔がふと浮かび、さっそくメールを送ったところ快く承諾いただいたのである。以来前任者にも増して迷惑をかけ続けている。いつも今度こそはという掛け声だけで、印刷の締め切り前日、いや当日になっての作業をお願いしているのが現実で、この綱渡りのような作業に不平一つこぼさずきっちりと間に合わせてくれている。30周年福岡大会でお会いした時は、ただただ頭を下げるだけであった。感謝！

12号からはA4版4ページになり読みやすい構成になったと思う。この年の秋に広報・病院・施設フォーラム開催予定の栃木県のソーシャルワーカー（精神保健福祉士）岡田正彦氏（栃木県立岡本台病院）にご寄稿いただいた。「Friend of AA」と題してセルフヘルプグループの重要性を氏の経験を通して書かれ、AAのプログラムが様々な場面に活用できることをメッセージとしていただいた。今までは複数の原稿を依頼し、掲載してきたが12号は岡田氏の原稿一本でまとめた。

アルコール医療に詳しい病院のひとつに宇部高嶺病院がある。山口県宇部市の橋本隆医師からのメッセ - ジが13号に寄せられた。回復の過程は様々ではあるが「これからもつづけましょう。もっとおおらかに」と。当時、日本福祉教育専門学校 副学科長の看護師・精神保健福祉士の長坂和則氏（現在は健康科学大学）から「AAとの接点」と題し、まずご自分とAAとの出会いから、携わってきた教育の中で、また現場での経験を通してご寄稿いただいた。

アルコール医療に関係するいろいろな分野の人たちからAAのプログラムについてお話をいただいているが、やはり回復して行く中に人間的な成長が不可欠のものであると感じている。ともすれば治療に携わってくれる人たちへの9番目（埋め合わせ）のステップを忘れがちなアルコールリクにとって、心しなければならぬことの一つであろう。

「無力という力」を育むと題してソーシャルワーカーの長谷川俊雄氏（愛知県立大学）から、アルコール問題を対象とした援助活動をとおして学んだ氏の経験の中で、最も基本的なAAの原理についてのご寄稿をいただいて14号を発刊した。様々な場面の経験から、問題の解決に必要なことを、氏は「無力」、手放すこととだとし、その際のサポートの仕方について仲間（自助グループの活用）が役に立つと述べている。ステップ1は常にどのような場面でも、アルコールリクが意識し、立ち戻らなくてはならない所であることは言うまでもない。豊かな「無力という力」があることを再確認させられた。また、ある医師からいただいたお手紙の中より、女性のアルコールリクへの対応についてのご提言の一部を紹介させてもらった。14号にはニューヨークGSO発行の「ABO UT AA」からWSM（ワールドサービスミーティング）についての概要を翻訳して掲載した。数年前のものであるがとても分かりやすく書かれている。

A類常任理事が平野かよ子さん（国立保健医療科学院）から佐古恵利子さんにバトンタッチされた。佐古さんはソーシャルワーカー（精神保健福祉士）でASW（アルコールソーシャルワーカー）理事長を務めている。ご自身の25年に及ぶソーシャルワークの経験から「飲んではいけない病気」と「飲まないで生きていく」という間、をご寄稿いただきました。この年広島で開催された広報・病院・施設フォーラムにお招きした松本洋輔氏（岡山大学医学部歯学部附属病院 精神科神経科 医師）より自助グループとのおつきあい - 参加しなければわからない。参加するだけではわからない - と題してご寄稿をいただいて15号は発行された。松本先生の「外部の援助者が自助グループを理解するときに、『どうして効くのか』を理解するのは、その歴史とルールを理解することがまず重要だったのではないかと気づいた」とはまさしくそのとおりだと思う。私たち自身もAAのプログラムがなぜ効くのか、分からないし説明できるわけがないが、1935年から連続と続くこの共同体は確かに飲まない生き方を実践している。報告が遅くなったが2004年（平成16年）1月29日にNPO法人の登記が完了し、サービスを担う場所（AA日本ゼネラルサービスオフィス）が社会的な機能と責任を果たすことになった。社会資源としてAA（アルコールリクス・アノニマス）が社会の中で活用されることを願っている。

1975年3月蒲田で初めて日本語のミーティングが行われたときから30年が経過した。2005年9月に福岡で30周年記念集会を開催することが2002年の評議会で決定され、以来3年間あまりに及ぶ実行委員会の努力がまさに実を結ぶ直前の7月に16号は発刊された。日本AAの揺籃期（草創期）にAAの友人として様々な角度から応援、援助をしていただき、今も引き続きよき理解者である井上茂さん（さいたま市精神保健福祉センター）に原稿を依頼した。当初は何も分からない、何も無いところからガリ版刷りの12のステップを使っただけの回復が、今の私たちまで続いていることを思うと感慨深く、AAの正三角形が正しく機能して行ったことは、先人たちへいくら感謝はしても足りないのだろう。最後に「AA30周年記念集会のドアも開いているのだろう、それも両手を広げながら」と締めくくっていただいた。

専門家の皆様へのニューズレターはしばらくお休みをいただくが、この誌面でお伝えしたかったことはまだまだたくさんある。そして日々新しい話題が出てくることだろう。常任理事会広報委員会では日本ニューズレターの中で企画を組んで行く方針である。どうぞ、どのようなご要望、ご提案、ご意見、ご注意でもお気軽に、ご遠慮なくJSOまでお知らせいただきたい。

近い将来専門家の皆さまからいただくAAに対しての思いを新たなニューズレターとしてお届けできるよう願っている。

**ご愛読ありがとうございました！**

本号を含めバックナンバーはJSOホームページからダウンロードできます、どうぞご活用ください。

JSOの業務時間 月～金（土・日・祝 休み）10時～18時

関係する機関などで、この「専門家の皆様へのニューズレター」が届いていない場合は、どうぞ送付先をご連絡下さい。

URL <http://www.aajapan.org>

e-mail [aa-jso@cam.hi-ho.ne.jp](mailto:aa-jso@cam.hi-ho.ne.jp)