

関係者の皆様へ

# AA～アルコールクス・アノニマス

## 私たちにできること

AA日本常任理事会

### 1 AAのメッセージ活動と広報活動

AAは、アルコールクス・アノニマスの略で、ただ飲酒をやめたいという思いだけで集まった、飲酒の問題を抱える当事者（以下、アルコールクまたは本人）の団体です。

私たちAAのメンバーは、今も苦しんでいるアルコールクの人たちに、多くのアルコールクがAAのプログラムにより心身とも健康な生活の回復を果たしているということを、是非とも伝えたいと思っています。私たちは、そのことを「AAのメッセージを運ぶ」（メッセージ活動）と呼んで、私たち自身の回復にとっても必要な、とても大切なこととして位置付けています。

そして、そのために、そのような人たちと関わる専門職員など関係者の皆様にも、AAとの接点を積極的にお持ちいただき、ご理解いただきたいと願っています。ですから関係者の皆様にAAを知っていただく活動（広報活動）もAAは大切にしています。

以下、その具体的な活動内容についてご紹介します。

### 2 AAにできること

今苦しんでいるアルコールクや関係者の皆様にAAを知っていただくために、私たちには次のようなことができます。

- (1) AAミーティングに本人を迎え入れること
- (2) AAメンバーによる本人へのメッセージ活動
- (3) 施設内での定期的なAAミーティングの開催
- (4) 紙面によるAAメンバーの体験の分かち合い
- (5) オープンミーティングに本人以外の人参加を受け入れること
- (6) AAメンバーが出向いて行う関係者の皆様へのAAの説明
- (7) 関係者の方、またはその集まりへの、AAの資料の提供
- (8) 地域、学会、研究会等が主催する行事でのAAの紹介
- (9) 関係者向け広報行事の開催
- (10) 公報、新聞、放送等でのAAの紹介

これらは、私たちの方から皆様をお願いして行っているほか、関係者の皆様のご要望にお応えする形でも行っていますので、どうぞお気軽にご連絡ください。

#### (1) AAミーティングに本人を迎え入れること

AAは、全国約1,000カ所でAAミーティングを開催しています。飲酒の問題を解決しようとしている人は、誰でも参加することができます。関係者の皆様には、今苦しんでいるアルコールク本人に、たとえ一度だけでも参加を勧めていただければと思います。

AAミーティングは、「自分が飲んでどうなったか、そしてお酒をどのようにやめたか、やめてどうなったのか」を話します。

すなわち、自らの飲酒の問題を語るとともに、同じ問題を抱えている参加者の話に耳を傾けることで自身を見つめ、お互いを支え合っていく場です。このミーティングは、批判も強制もない穏やかな雰囲気の中で進みます。

参加し始めの人も、回数を重ねるうちに、徐々に、「12ステップのプログラム」によって回復の道を歩いているメンバーの発言が意味のあるものとして聞こえてくるようになります。さらに参加を継続するうちに、その人には、個別に回復のための相談を受け、助言を行うメンバー（スポンサーと呼んでいます）ができるようになります。

グループ内での役割をも自発的に担うようになります（いずれもご本人の希望によります）。そうして参加者は、次第に人としての調和のとれた生き方へと回復の歩みを進めることとなります。

AAミーティングへの参加は無料です。事前の参加予約も不要です。期間はなく、いつの時点からでも、原則としてどのグループのミーティングにもご参加いただけます（女性など特定の人を対象としたミーティングもあります）。

AAミーティングの開催場所と日程は、全国7地域のセントラルオフィスにご照会いただくか、それらのホームページでご覧いただけます。午後7時から60～90分ほどの時間での開催が標準的です。昼間のミーティングも数は少ないですがあります。

AAミーティングへの初めての参加は、ご自身だけではなかなか参加しづらいこともあるようです。そのため、関係者の方には、ご本人に付き添う形でご来場いただくと、なおよろしいかと思えます。その際、あとで述べるオープンミーティングであれば、関係者や家族の方も、ご一緒にミーティングにご参加いただけます。

参加したことの証明が必要な場合には、グループごとの判断になりますが、持参された適宜の様式にグループの担当者が署名等することがあります。

## **(2) AAメンバーによる本人へのメッセージ活動**

AAの「メッセージ活動」というのは、AAのメンバーが今苦しんでいるアルコールクのいるところに出向いて自分の回復の体験を話し、AAを紹介するということです。何かご本人の様子に応じた特別の言葉を送るということではありません。

定期・不定期に患者の方の集会などでお話しをしたり、その人がいる場所で一対一でお話ししたりすることができます。ご本人たちにも参加していただいて、AAミーティングの形で行うこともできます。

施設の治療、教育プログラムの中にAAのメッセージを組み込んでいただいていることもあります。この場合も、AAメンバーは、自身の体験を述べることとAAの説明を行うこと以外のことはしません。

AAのメッセージ活動で、AA以外の相談助言を行うことはありません。また、AAのメンバーになることの勧誘はしません。

AAのメッセージ活動は、「一人のアルコールクが、共に飲まないで生きることを他のアルコールクに働きかけたら、その二人ともがその日飲まないでいられた」という原理に基づいて行われるものです。つまりそれは、その活動を行うメンバー自身の回復にも直接つながっているものです。関係者の皆様には、この点もご理解いただき、遠慮なさることなく積極的にそのような機会をお与えいただければ幸いです。

## **(3) 施設内での定期的なAAミーティングの開催**

AAは、病院、福祉施設、更生保護施設などの会議室を会場としてお借りして、AAメンバーが集まって通常のAAミーティングを定期的で開催するというのもしています。患者など当該施設利用者の方にとって、AAミーティングへの参加がしやすくなります。日程を公開して施設外のアルコールクも自由に参加できるようにさせていただき点や、必ず曜日と時間を決めて定期的に継続して行うという点で、(2)と異なります。

そのミーティングが、オープンミーティングとして位置づけられた場合には、施設の職員の方や、飲酒の問題をもたない方の参加も可能です。ただ、その場合も、施設の連絡事項を伝えるなどAAミーティング以外の要素が含まれることはなく、また、進行などの運営は、AAメンバーのみで行いますのでご了承ください。

## **(4) 紙面によるAAメンバーの体験の分かち合い**

AA日本ゼネラルサービスオフィス（J S O）が発行する『BOX-916』という名称の月刊誌には、毎号、全国のAAメンバーの回復の体験や思いなどが綴られています。全国のAAメンバーが、地域を越えて活字による経験の分かち合いをしているのです。AAメンバーにとって、経験したことを寄稿することも、他のメンバーの経験に接することも、いずれもが自身の回復の糧となります。それは、同時に、まだAAを知らないアルコールクや関係者の皆様にAAのプログラムの意義を知っていただく最良の資料でもあります。寄稿したアルコールクがAAと出会った当初にどう感じていて、それがどう変化していったか、そうしたことが具体的にわかるからです。

関係者の皆様には、『BOX-916』を定期購読していただければ幸いです。そしてまだ苦しんでいるアルコールクの人たちの目に触れるようにしていただき、AAを知る機会をおつくりいただければと思っています。

年間購読料は送料込み5,040円です。旧号を見本誌として無償でお届けすることができます。

『BOX-916』では、関係者の皆様の投稿も歓迎しています。AAとの交流に関連したご体験やご感想をお寄せください（J S Oに郵送で、またはBOX-916編集委員会(box916@do1.hi-ho.ne.jp)に電子メールでお送りください）。

## **(5) オープンミーティングに本人以外の人参加を受け入れること**

各地区で常時開催されているAAミーティングのうち、「オープンミーティング」とされているものには、AAに関心のある方でしたら、どなたでも参加できます。援助職の方がAAに参加してもらいたい施設利用者などに付き添ってこられ、そのまま一緒にオープンミーティングに参加なさることもあります。飲酒の問題を持つ人の家族が参加されることもあります。

アルコールク本人のみが出席する「クローズドミーティング」もあります。その区別は、各地域のセントラル

オフィスのホームページや印刷物に記載されるミーティング一覧（日程表）で確認できます。オープンミーティングの日程は、各セントラルオフィスにお気軽にお問い合わせください。

飲酒の問題を持たないものの、規制薬物やギャンブルなど他のアディクションの問題を持っている人がAAミーティングに参加することがありますが、その参加もオープンミーティングに限られます。

アルコール以外の方がオープンミーティングに参加した場合、ミーティング内での発言は、チェアパーソンから促されたときに限られます。そこでは、アルコールの問題だけが分かち合われるようお願いいたします。発言を促されても発言するかしないかは参加した方の自由です。ミーティングの前には、質問などをさせていただくことができます。

#### **(6) AAメンバーが出向いて行う関係者の皆様へのAAの説明**

AAの広報活動として、あらかじめの連絡によって、1名から数名のメンバーが関係者の皆様を訪ね、AAについてご説明します。メッセージ活動と異なるのは、アルコール本人に対する説明ではないということです。

関係者の方お一人に対してでも、職員研修会や会議などにお招きいただく形ででも可能ですので、お気軽にお声をおかけください。医療・福祉機関、矯正・保護施設、民生委員協議会、保護司会、弁護士会など関係団体のほか、学校、地域などで、一般の方々へのご紹介、ご説明もさせていただいています。

「モデルミーティング」といって、数名のメンバーがうかがい、いつも行うAAミーティングを関係者の皆様の前で進めてみるという方法によりご紹介することもできます。

#### **(7) 関係者の方、またはその集まりへの、AAの資料の提供**

AAの資料を随時ご提供します。関係者の方にメンバーによる持参、または郵送などにより、AAの資料一式をお届けするほか、会議配付用に必要数をお届けすることもできます。

ご指定がなければ、無償のものを提供いたします。有償の資料や出版物につきましては、お買い求めください。出版物カタログはJ SOよりお取り寄せいただけます。（「AA J SO出版」で検索していただき、ウェブサイトからもご覧いただけます）。

「お酒の問題はありませんか」という呼びかけのAAのポスター（A 4版）も用意しています。無償でお送りしますので、目につく所に掲示していただければ幸いです。

#### **(8) 地域、学会、研究会等が主催する行事でのAAの紹介**

関係者の皆様が主催するアルコール問題学会、健康フェスティバルなどの行事の中で、AAは、①AAの紹介のための資料配布・書籍販売のブースを開設すること、②AAを紹介するパネルを展示すること、③AAの紹介のためのミニ・フォーラムを開催することなどができます。関係者の皆様がたくさん集まる機会に、是非ともAAの広報をさせていただきたく思います。それらは、AAによる独立した企画として行わせていただきますが、会場使用上の制限、主催者の方針など必要な事項は尊重いたします。

#### **(9) 関係者向け広報行事の開催**

AAは、関係者の皆様へのAAの紹介を目的とした行事を、「オープンスピーカーズ・ミーティング」、「パブリックミーティング」などの名称により、半日ないし1日程度の日程で、全国各地で随時開催しています。AAのプログラムで回復しつつあるメンバーの体験談をお聞きいただき、また皆様との交流をさせていただくよい機会となりますので、たくさんの方々にご参加いただきたいと思います。アルコールの人が初めてAAに接する機会でもありますから、どうぞお誘いください。

その日程は、各地域のセントラルオフィスのホームページや印刷物に掲載されますが、お近くのセントラルオフィスにご連絡いただければ、行事開催の都度にご案内させていただきます。

#### **(10) 公報、新聞、放送等でのAAの紹介**

広報媒体を通じて多くの方に紹介していただきたい情報は常時あり、各地域で、公報紙、新聞、放送局などの発信元に働きかけを行って、記事の掲載、放送などをお願いしています。テレビ、ラジオ放送でお流しいただけるコマーシャル(15秒)も用意しています。

報道機関の皆様には、AAの各機関が主催する行事やAAの活動などについて、内容照会や取材に応じますので、ご連絡ください。関係者の皆様には、このような広報が活発に行われますよう、紹介や仲介のお取り計らいを頂戴できれば幸いです。

### **3 ご理解、ご留意いただきたいこと**

以上の活動にあたりましては、次の点についてご理解とご留意をいただきたくお願いいたします。

(1) それぞれの活動に関し、出版物を任意にご購入いただく際の代金など特別の場合以外には、費用はかかりません。ご厚意で謝礼金や報酬、ご寄附などをご用意いただきましても、AAは、他の団体に依存しない自立したコミュニティであることを大切にしていますので、お受け取りすることはできません。

(2) AAができるのは、AAの説明と、回復の体験を話すことだけです。AAは、その独立性を保持する理由から、外部の問題に意見を持たないこととしています。また、完全にアマチュアであり続け、専門家とはなり得ません。行政上の課題などに意見を述べたりはできませんので、委員への就任や、協議の助言者としての参加、行事の共催、協賛、後援などは行うことができません。

ただ、ご協力はできます。実際のところ、各種の会議にはしばしばオブザーバーやAAに関する説明員として参加させていただいています。AAを知っていただくことは、私たちの望みですので、制約がある中でも関わらせていただきたく、積極的にお声がけをお願いします。

(3) 同じく独立性を保持する理由から、会議への出席、紹介記事の掲載等が、特定の主義・主張、利益目的を有する団体への支持、協働などと誤解されるおそれがあると判断した場合には、お断りしています。

(4) AAは、メンバーのアノニミティ（無名性）を大切にしています。その見地から、メンバーが特定できる顔写真や実名（フルネーム）の公開は、ご遠慮いただいています。それらを会議や印刷物、インターネットの中などで公にすることもお断りしています。

(5) 「2 AAにできること」に挙げた活動は、地域によりましては、AAのメンバーが少ないなどの理由により、そのすべてを行えるというわけではありません。グループが協力しあって最大限の努力をいたしますが、ご要望の回数を満たせるかどうかもお約束できません。ただ、形や頻度が地域により異なりましても、できることはあると思いますので、まずは各地域のセントラルオフィスにお問い合わせください。

◎以上に関するお問い合わせは、各地域のAAサービスオフィス（各地域のセントラルオフィス、またはAA日本ゼネラルサービスオフィス（JSO））をお願いいたします。AAの最近の情報につきましては、JSOのホームページからもご覧いただけます。「AA JSO」で検索してください。

## お問合せ先（各地域のAAサービスオフィス）

### AA北海道セントラルオフィス（北海道）

〒063-0804 札幌市西区二十四軒4条5丁目3-3 キャロム24軒A棟1F1号 TEL&FAX:011-557-4329

業務時間：月曜日～金曜日 11:00～16:00（土日祝休み）

### AA東北セントラルオフィス（青森、秋田、岩手、山形、宮城、福島）

〒981-0933 仙台市青葉区柏木1-7-12 紫苑荘2階東 TEL&FAX:022-276-5210

業務時間：月曜・水曜・金曜日 13:00～16:00（火木土日祝休み）

### AA関東甲信越セントラルオフィス（東京、神奈川、千葉、埼玉、群馬、栃木、茨城、長野、新潟、山梨）

〒170-0005 東京都豊島区南大塚3-34-16 オータニビル3F TEL:03-5957-3506 FAX:03-5957-3507

業務時間：月曜日～土曜日 10:00～19:00（日休み）

### AA中部北陸セントラルオフィス（岐阜、愛知、三重、静岡、福井、石川、富山）

〒462-0844 名古屋市北区清水4-15-1 黒川ビル404号 TEL:052-915-1602 FAX:052-917-0764

業務時間：月曜・水曜・金曜日 12:00～17:00（火木土日祝休み）

### AA関西セントラルオフィス（大阪、京都、滋賀、奈良、兵庫、和歌山）

〒550-0015 大阪市西区南堀江2-3-24 SAKAI-BM 南堀江801号室 TEL:06-6536-0828 FAX:06-6536-0833

業務時間：月曜日～金曜日 10:00～16:00、日曜 13:00～16:00（土祝休み）

### AA中国四国セントラルオフィス（鳥取、島根、岡山、広島、香川、徳島、山口、高知、愛媛）

〒730-0051 広島市中区大手町3丁目6-13 ダイアパレス603号 TEL:082-246-8608 FAX:082-249-1081

業務時間：月曜日～金曜日 10:00～17:00（土日祝休み）

### AA九州沖縄セントラルオフィス（長崎、佐賀、大分、熊本、福岡、宮崎、沖縄、鹿児島）

〒892-0803 鹿児島市祇園之洲町12 セジュール祇園之洲102号 TEL&FAX:099-248-0057

業務時間：月曜日～金曜日 10:00～16:00（土日祝休み）

### AA日本ゼネラルサービスオフィス（JSO）

〒171-0014 東京都豊島区池袋4-17-10 土屋ビル3階 TEL:03-3590-5377 FAX:03-3590-5419

業務時間：月曜日～金曜日 10:00～18:00（土日祝休み）