



AA日本ニューズレター

No.214

■AAへの要望

西山クリニック 精神保健福祉士 内藤千昭

1. はじめに: 今年5月に中部北陸地域のAAのイベントで話をする機会をいただいた。参加されていたAAメンバーから「AAへの要望があれば言ってほしい」と質問があったがすぐには浮かばず「思い出したら伝えます」と返事をした。その後、私が休憩時間で話をしていたことがきっかけで今回の原稿の依頼をいただいた。あまり気がすすまないテーマだが、ここで依頼をしていただいたのも何かのご縁だと思い、引き受けることにした。本来は先に中部北陸地域のAAメンバーに伝えるべきだと思うが、順序が逆になってしまうことを先にお詫びしておきたい。

2. AAとの出会い: 私が西山クリニックに勤務をしたのは1996年、今から27年前のことである。当時からクリニックのデイケアでは毎日ミーティングがあり、毎週土曜日はAAはじめ自助グループの方がメッセージを運んでくれていた。デイケアに参加されていた方も数人がAAメンバーだった。

AAメンバーは自分自身の散々な過去の体験を振り返りそれに対しての気づきや感情、思いなどを率直に語り、時にはその場に共感の笑いが沸き起こっていたのが印象的だった。私は、こんなに正直に話しているのかという驚きと、その方が断酒して生き方を変えていこうとされている様を見聞きし、感動でいっぱいになったことを記憶している。そして、そのAAメンバーの方に誘っていただき、私もAAミーティングに時々参加するようになった。そこには生き生きと笑顔で参加されているAAメンバーの姿があった。

3. 驚いた一言: あるAAミーティングに参加した時、「アル中になってよかった」という言葉を初めて聞いた。私が入職した時にはこのタイトルの本がデイケアに何十冊もおいてあったが、当初はいくら何でもこれはないだろうと思っていた。ところが、実際にこの言葉を生で聞き衝撃を受けた。「回復する病気」と依存症関連のどの本にも書いてあるが、クリニックに通院されている方だけではなく、AAや他の自助グループの方々との出会いからも私はアルコール依存症が回復する病気であるということを心底信じられるようになった。回復への取り組みを目の当たりにして、私が精神保健福祉士として仕事を続けていくことや、一個人として人生を歩んでいくのにも大きなエネルギーをもらっていて、役得だと日々感謝している。

4. AAとのかかわり: 現在もAAメンバーにはデイケアのミーティングやクリニックが名古屋市依存症治療拠点機関として毎年行っている医療者研修にもメッセージを運んでいただき、回復のモデルと自助グループの存在を伝える役割を担っていただいている。私は

数多くはないが、AAを紹介し通院されている方を誘ってミーティングやイベントに参加し、近年ではオンラインミーティングを紹介することもある。地味ではあるが、この役割は自分自身のためにも通院されている方々のためにも続けていきたいと思っている。

5. AAに望むこと: すでにお気づきだと思うが私はAAが好きである。ただ、長いお付き合いがあるだけで深く理解しているわけではない。私が要望を言うのは心苦しいが益々のAAの発展を祈願し、三点を述べさせていただきたい。一点目は関係者に対して、二、三点目は新しくAAに参加する当事者に対しての要望である。

まず、一点目は関係者にイベント等でスピーチを依頼する場合、事前にその意図、内容、どの立場で話せばいいのかをある程度明確にして伝えていただきたい。長くこの業界にいますと、AAのイベントに出かけた際、スピーチを頼まれることがある。突然会場で頼まれたこともあるし、前もって依頼があったこともある。普段からAAメンバーにはとてもお世話になっており、依頼をされれば予定がない限り引き受けるつもりである。ただ、依頼された際に何を話せばいいのかわを確認するが、その答えが「お任せ」や「テーマについて」という大枠で、何をどう話そうかと思案し困ることがある。あまりしつこく詰めて内容を聞くのも関係者としては力不足なのではないかと不安になり聞けず、自分で戸惑いながらも何とか話をする。(これはきちんと聞けない私の問題でもある)意図が把握できないまま話しているのだから、当然、話し終えてからもこんな話でよかったのかともやもやする。皆さんの貴重な分かち合いの時間をいただいて話すのだから少しは期待に応えたいと思っている。

誤解のないように言っておきたいが、冒頭に出てきたイベントでもスピーチの依頼があったが、事前に対象者、意図、内容、どういう立場で話すのかの説明があり、終了後もアンケート結果と共にフィードバックをいただいた。このような形であれば安心して話ができる。

次に、二点目だがビギナーズミーティングの開催をお願いしたい。かつては名古屋の会場で昼間に開催していたため、レクチャーの一コマにしており、通院されている方数人とスタッフが定期的に参加していた。そこではミーティングの進行の仕方、ハンドブックの使い方や内容、AA の用語、献金、メダルなどについて説明をしていたが、初めての方でも入りやすく、次回の参加につながりやすい雰囲気だった。地域によって違うと思うが、今は名古屋にないのが残念である。

最後に三点目だが、AA ミーティングに参加した方がよく口にする「宗教ではないか？」という疑問に対して何らかの対応をしてほしい。真の理解には時間がかかると思うがミーティングに参加をし続けたり、文献で学んだりする前に、足が向かなくなる方が多い。簡単に説明できることではないし、説明されてもすぐに理解できることではないと思うが、「宗教ではないよ」の一言では納得できず、ここがネックで AA を毛嫌ひする方は少なくない。

6. おわりに: AA に望むことを述べたが、内藤個人の私見であることをご理解いただき、すでに考慮されている内容や、的外れな内容であればご容赦願いたい。

■メンバーシップサーベイ2022

* - + - * - + - * - + - * - + - * - + - * - + - * - + - * - + -

東日本圏選出 B 類常任理事 広報・病設担当 長澤

このサーベイ(調査)は、2022年6月から9月にかけて、日本の AA メンバーの協力を得て実施したものです。【総回答数: 1, 696名 (オンライン 157 名)】今回で9回目になり前回は2019年に行われました。

日本の AA の傾向を知ることによって、AA メンバーはもとより、医療関係者や専門家みなさまのアルコールへの関わりに、少しでもご活用いただけたらと思います。日頃のご理解とご協力に深く感謝いたします。

詳細は、JSOホームページ(<https://aajapan.org/>)からご確認ください。印刷も可能です。(検索キーワード: AA 日本)「援助職・プレスの方へ」「メンバーシップサーベイ」

<https://aajapan.org/membershipsurvey/>

メンバーシップサーベイは、集計結果だけでなく、集計結果を常任理事会メンバーで共有し、前回と比較した変動、特徴、懸案をコメントとして掲載していますので、是非、ご参考になさってください。

コメント

✓『1. 住んでいる地域』では全体の約 1/2 が関東甲信越地域、『2. 性別』では、2019 年と比較すると女性の割合が増加しています。全体

の 3 割が女性です。✓『3. 年齢』では全体の平均年齢が 56 歳となり、2016 年は 52 歳、2019 年は 55 歳ですので、高齢化が少し進んでいる状況です。✓2019 年に比べ『6. 現在の主な収入』の給与所得、『7. 現在の仕事』会社員が少し増加しています。✓生活保護、無職には変化が見られませんでした。✓これまでのサーベイと比較して『8. 初めて AA ミーティングに参加してから』と『9. お酒を飲まない期間』の結果では、2 年未満の割合が顕著に増えていない。これは新しく繋がる仲間が減少しているが、AA を継続している傾向があると言えます。✓20 年以上のメンバーが全体の 2 割を占めており、AA で長い時間飲まない生活が得られることが実証されています。✓『1 3. ホームグループを持っている』『1 4. スポンサーを持っている』『1 5. スポンサーがいる』は 2019 年より大きな変化はありません。✓『1 6. AA を勧められた人や場所』は依然として医療機関が大きな割合を占めています。他のデータに目立った変化は見られないので、医療機関以外への広報も検討していくことが求められています。

■2023年第1回全国矯正保護施設フォーラムにむけて

テーマ:『社会資源 AA との出会い ～希望～』

開催日時: 2023 年 12 月 15 日 午前 10 時～午後 17 時

会場: 沖縄県産業支援センター

* - + - * - + - * - + - * - + - * - + - * - + - * - + - * - + -

西日本圏選出 B 類常任理事 矯正・保護施設担当 佐々木

第27回評議会にて「全国 8 地域、持ち回りで矯正・保護施設フォーラムを開催する」の勧告を受け、主催は AA 日本常任理事会、九州・沖縄地域・矯正保護施設委員会の協力を得て第1回全国矯正保護施設フォーラムを開催いたします。

今回、会場とオンライン視聴型のライブ配信による開催で準備を進めております。オンライン視聴型のライブ配信にすることにより、都合により会場に来られない全国の関係者の皆様に AA の活動を知っていただくとともに、矯正・保護施設関連で活動しているメンバー、これから矯正・保護施設関連で活動していこう、あるいは関心があるメンバーに、会場の様子を知っていただけると期待しております。

当日は矯正・保護施設関係者3名をお招きして基調講演と質疑応答、その後に仲間の体験談と予定しております。また、大嶋 A 類常任理事、真栄里 A 類常任理事のお話や、B 類常任理事の長澤、佐々木が活動報告をさせていただきます。幕間には常任理事会動画作成委員会の協力を得て、動画版『ようこそ AA へ』や北米で使用している動画に日本語字幕を付け加えた数本を放映する予定です。

今回のフォーラムのテーマは『社会資源 AA との出会い ～希望～』です。テーマを選定するにあたり実行委員会で何度も何度も時間をかけて話し合いました。

コロナ禍で当たり前のことが当たり前できない生活でもどかしい日々を送ってきたと存じます。ミーティングはもちろんのことAAの活動もままならない時期を経験しました。ようやく普通の生活が戻りつつある中でリアルなミーティング、イベント、メッセージや広報等の活動も戻り更なる活性化も見込まれます。

AAと出逢うことでお酒をやめて新しい生き方を知り学び実践中の私たちです。回復・成長を続けることで社会の一員として、社会資源として社会に戻り生活を営んでいく、そして自立。一人一人の想いと願いは十人十色と思いますが、何より希望は無限大です。

希望に胸を膨らませ明るく元気に前進しAAの希望のメッセージをお届けできるフォーラムにしていきたいと思います。

最後にお礼を伝えさせていただきます。全国のAAメンバー皆様の温かい善意の献金でこのようなフォーラムを開催できる運びとなりました。感謝申し上げます。そして皆様のご参加お待ちしております。フォーラムでお逢いできることを楽しみにしております。

伝統7:すべてのAAグループは、外部からの寄付を辞退して、完全に自立すべきである。

■『あなたの職場にアルコールの問題を抱えた人はいませんか?』と、『AA 早分かり』

* - + - * - + - * - + - * - + - * - + - * - + - * - + - * - + -

JSO 新井

『あなたの職場にアルコールの問題を抱えた人はいませんか?』は、『AA 早分かり』と共に、メンバーや医療関係者だけでなく、一般の方々にも向けたパンフレットです。その抜粋を掲載します。

『あなたの職場にアルコールの問題を抱えた人はいませんか?』より。

企業、組合、政府機関の多くで、従業員援助プログラムが設けられ、従業員の職務やその家族に影響をおよぼす個人の問題がサポートされるようになってきました

そして労働や経営の分野で、アルコールリズム（アルコール依存症）は病気であること、その財務・人的コストへの多大な影響がしだいに認識されるようになり、従業員を手助けすることの利点が認められています。

- ・雇用者、管理者のみならず
- ・人事担当のみならず
- ・A Aのただ一つの目的とアルコール以外の問題
- ・同僚の方々へ
- ・A Aは次のようなサポートを行っています

1. 雇用者と会い、A Aが協力できる方法を話し合います。2・従業員とのミーティングを実施して、A Aの回復のプログラムを説明します。3・飲酒に問題のある従業員をA Aミーティングへ案内します。



このパンフレットは1部30円、『AA 早分かり』は1部20円、合計で50円です。何かのついでに手に入れておく大変に便利です。

あなたの職場には部や課がいくつありますか? 何階建てですか? このパンフレットが部や課に、あるいはフロアの掲示板にあって、困った部下や同僚がいたとき、あるいは本人がいつでも手に取れるようになっていれば AA ミーティングへのご案内もスムーズに行えるようになる、かもしれません。

■愛とサービスの輪

* - + - * - + - * - + - * - + - * - + - * - + - * - + - * - + -

B 類常任理事 評議会、JSO、NL 担当 郷

皆様は、『愛とサービスの輪』というリーフレットをご存知でしょうか。2003 年に発行されたもので、AA ワールド・サービス社の許可を得て翻訳印刷されたものです。原著は 1978 年に発行されています。

内容は、「アルコールを手助けする AA のシステム」について分かりやすく記載されており、AA に来たばかりの人でもサービスのしくみが分かりやすいように書かれています。

このリーフレットは現在 100 円で頒布されています。私自身、AA に来て間もない頃にこのリーフレットを手にして、AA のサービスのしくみがおぼろげながら分かった気がします。



最近、新しい仲間のサービス離れがよく言われています。しかし、AA が健全で活気のある共同体であるためにはサービスへの関心を引き出してあげる必要があると感じています。

新しく AA に来た仲間がある程度安定したソーバーを送れるようになったなら、ぜひこのリーフレットを手渡してみたいかでしょうか。そして興味をもって来て質問してくるようなら、丁寧に答えてあげるのです。そう、述べ伝えの一助として使うのです。

サービスに於いても述べ伝えは大切で、私自身現在のスポンサーはゼネラルサービスを歴任された仲間ていろいろ教えて戴いています。また、スポンシーでもサービスの道を歩み始めた仲間もいます。

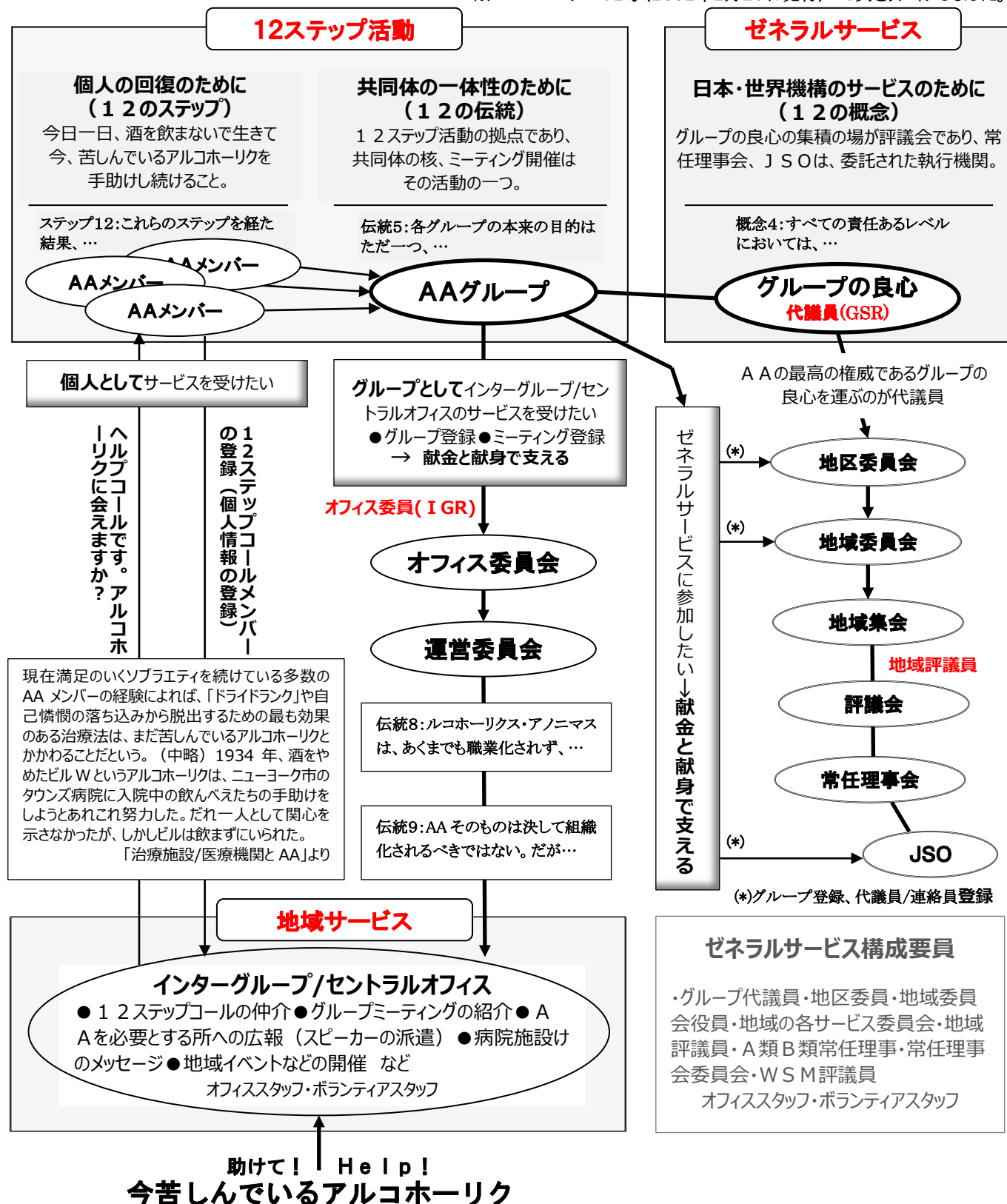
新しい仲間がサービスに感心を持ってきてその一歩を踏み出そうとする時、私はとても喜ばしく思います。サービスをやる中には大変なこともあります。それによって自分自身のソプラエティーがよりよいものとなって成長させてもらっている事を実感するからです。これこそ私たちの共同体の醍醐味ではないでしょうか。

現在 6,000 名弱と言われる日本の AA の中で、直接ゼネラルサービスに関わる仲間は一部かもしれません。しかし、みな最初のきっかけがあったと思います。

この『愛とサービスの輪』というリーフレットがその一助になればとても嬉しく思います。

AAの三つのレガシー = 三角形

※ニューズレター92号(2002年2月20日発行)の3頁をリメイクしました。



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

〒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