



AA日本ニューズレター

No.222

■ AA に出会ってから

医療法人大島クリニック
名誉院長 大島直和

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

私が精神科医になった頃、先輩からアルコール依存症について話を聞いて心に残っているのは、「飲酒を繰り返し、入院しても、院内飲酒などの問題を起こすので、一つの病棟に3人以上入院させないこと」ということでした。

3年目にある精神病院で働いたとき、それは現実となりました。30人以上の患者さんを担当しましたが、病院を去るとき断酒していたのは1人しかおらず、その方も数か月後には再入院していました。この経験から、アルコール依存症にはかかわらないようにしました。

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

昭和56年10月に国立武蔵療養所(現国立精神・神経医療研究センター)に赴任した時、所長から「本来は希望の病棟を聞くのですが、一つだけ残っているアルコール病棟を担当していただきます。」と言われ、やはり、どの先生も担当したくないのだなと思いました。1年だから我慢しようと働き始めましたが、そこで出会ったのがメッセージに来たアメリカ人の神父さんと酒焼けて怖い顔をした人達でした。半信半疑で彼らの話を聞いていたのですが、彼らが院内飲酒や医者や看護師のだまし方を話したとき、今まで診た患者とは違うと思うようになりました。それから、AAミーティングやラウンドアップに参加し、当時信濃町にあったJSOに伺い、患者さんが明るくなっている姿を見て、アルコール依存症は回復できる病気であることが信じられるようになりました。

福島医大に戻り、これでアルコール依存症からは足を洗えると思っていましたが、助教授から依存症を担当する新入医局員の指導をするようにと言われました。しかし、AAはなく、単身者や女性の治療は困難でした。

昭和60年から郡山市でアルコール専門病棟を担当するようになり、東京のメンバーからメッセージをいただき、退院患者さんを中心にAAグループができて回復する人たちが徐々に増えてきました。10年ほど担当しましたが、逃げ込み入院を繰り返す人が増え、後半はいかんにして入院させないようにするかにエネルギーを使うようになりました。

そこで、平成6年に大島クリニックを開業しました。外来治療では自助グループへの出席も初診日から可能になり、その結果、AAなどにつながる人が増え、30万人の都市としてはグループも増え、毎日市内でミーティングが開かれるようになりました。

この間を振り返ると大きな出来事が二つありました。

一つは平成23年3月11日午後2時46分に起こった東日本大震災です。

その時は集団精神療法中で、揺れがひどくなり、ガラスが割れ、物が落ちました。一段落して外に出るとパニック発作を起こしている人が2名おり、散乱している薬局に戻り、薬を探し出し、飲んでもらいました。帰りに、コンビニによると、水や食べ物はなく、酒瓶や缶ビールが転がっていたのが印象的でした。翌日から診療しましたが、薬がなくなり、ガソリンがなくて職員も通勤できず、3月18日から体診にしました。3月23日に診察を再開すると、いきなりリストカット

3名、再飲酒1名が受診しました。患者さんからは、公民館が全壊したり避難所となったりしたことにより、ミーティングを開くことができないと聞きました。クリニックの安全確認が済み、4月1日より自助グループのミーティング場に提供することを開始し、6月まで続き、患者さんは徐々に安定し、スリップする人が少なくなりました。

もう一つは新型コロナウイルスです。

集団精神療法や自助グループへ参加を奨めることも困難になりました。回復している人との出会いがないため「酒さえやめれば良い」という人が増えました。更に、公民館などが閉鎖されたときは何年も断酒している人が再飲酒しました。医療とAAとの連携が円滑にいかなくなり、現院長により2021年1月からAAメッセージが始まり、また、コロナの問題の軽減もあり、徐々にAAにつながる人が増えてきました。

福島県内にAAがなかった時代やAAの活動が停滞した時期には、アルコール依存症からの回復は困難でした。今後、AAの活動が活発になり、より多くアルコール依存症の患者さんが回復するように願っております。

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

■ AA90周年インターナショナルコンベンション 参加レポート～バンクーバーの思い出

中央地区 千代田 G メイ

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



2025年7月3日から6日までのカナダ・バンクーバーで開かれたAA90周年インターナショナルコンベンションに参加しました。世界中から集まったAAの仲間たちと同じ時間と空間を共有出来たことは私にとって忘れられない経験になりました。

バンクーバーの街はとても美しく、コンベンションセンターを出ると広がる港と開放的な海の風景が。私が生まれ育った横浜の港町とどこ似ていて、初めてなのにどこか懐かしく感じました。開催中の街が光り輝いていました。

私が今回参加しようと思ったきっかけは、静岡に居ながら聞いたオンラインの千葉の女性の仲間のスピーチでした。トロントで開かれた国際コンベンションのことを話されていて、いつか鶴と亀絵柄の着物で何万人もの人の前でスピーチをしたいと話す仲間に感銘を受けたことがきっかけでした。オンラインで繋がっていたバンクーバー在住の仲間は、今回の参加申し込みやホテルの手配を手伝ってくれたり、滞在中も日本のメンバー一人一人が大変お世話になりました。多くの仲間から支えられて実現しました。

今回一番心に残ったのはなんともいってもフラッグ行進でした。89カ国の旗が掲げられ、会場全体が熱気と大きな拍手に包まれる光景は今思い出しても胸が熱くなります。

日本のAAではまず見ることがない日の丸を掲げた浴衣を着た女性メンバー登場すると34,000人の歓声が上がり、日本のAAメンバーであることがとても誇らしく思いました。光栄なことにリハーサルの付き添いで私は会場に入ることが出来たので、近くの席から参加することが出来ました。89カ国の参加のうち日本の順番は真ん中くらいでした。アナウンスが流れて、ほとんどの国の名前を知らないことにびっくりしました。旗を掲げる仲間も様々で、各国が思い思いの民族衣装やコスチュームに身を包み、温かい歓声に場内が包まれたことは生涯忘れられない光景でした。



また、BCプレイスのビッグミーティングで聞いたオールドタイマーのスピーチは本当に心に響きました。50年以上飲まず生きてきた仲間達の言葉は響くものがあり、驚いたのはスピーカーが当日くじ引きでその場で決められることでした。ハイヤーパワーによって選ばれたスピーカーが12名各5分のスピーチは今回のコンベンションのテーマ「Language of the Heart」心の声を話し、言葉だけではなく姿かたちから溢れ出でるものとしてメッセージを運んでくれました。オールドタイマーたちが本当に、澁刺として生きることに喜びに溢れていて。酒を止めること以上の新しい幸福と自由がAAには必ずある事を目の当たりにして私は自然と涙が溢れてきました。

コンベンションの期間中、私は何度かホスピタリティスイートにも足を運びました。「Welcome!」と笑顔で迎えられ、

各国の体験談を聞いた時間は本当に貴重でした。カナダ在住の仲間がお勧めのネイティブカナディアンスマッジング(セージのハーブやフェザーを使った神聖な浄化の儀式)をやってもらった時、体がボカボカして、宙に浮いているような不思議な体験をしました。開催期間中、終始笑顔と笑顔しかなかったです。

あつという間のコンベンションでした。最終日の夕方にコンベンションセンターを仲間数人で訪れた時には、あれだけ町中がAAで溢れていた名残は何一つ残っていませんでした。仲間とぼんやり「ここ数日間の出来事は夢だったのかもしれないね」と少し寂しい気持ちで締めくくりにジェラードを食べたのもいい思い出です。

光が溢れたバンクーバーの体験でした。その場所での輝くコンベンションは終わったかもしれませんが、「絶望から解放された私たちの喜びは、それぞれが生活の場所に帰ったとしても、消えることがないのである」私の中にも消えることのない喜びが残り、その場に集まった仲間の中にも喜びがあることを確信し、4日間のコンベンションを無事に終えることが出来ました。

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

■『AA 日本 50 周年記念誌』を読んで

愛知地区 名古屋東 G マナ

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

学校や職場の記念誌をまともに読んだことのない私が、この原稿を書くのは少し気が引けます。しかし、AAで歴史や記録の大切さを学ばせてもらったからこそ、今回の機会をいただけたのだと思います。

AAに来て、サービスマニュアルの「ビルWによるサービスのレガシー」を読んだとき、ビルとボブから始まった膨大なエネルギーと活動が、私にまでつながっていることを実感しました。その時、初めて「私の責任」というものを深く感じました。そして、多くのノンアルコールの方々がAAの船出を見守り、支えてくださった事実に感動しました。

今回の記念誌には、日本のAAにおいても、多くのノンアルコールの方々がAAを大切に思い、温かいエールを送ってくださっていることが、一人ひとりの言葉として綴られています。さまざまな視点から描かれるAAの姿はとても興味深く、実際に一緒に活動させていただいた方々の思いには、胸が熱くなるものがありました。

私たちはAAの存在を当たり前のように思いがちですが、決してそうではなく、多くの人々の力によって今日があるのだと感じました。だからこそ、まずはアルコールが集まった共同体が50年もの間続いてきたことに、畏敬と感謝の気持ちを抱くことが大切だと、この記念誌が教えてくれました。同時に、私たちが次へとつなげていくために果たすべき責任の重さを感じさせられました。

この『50周年記念誌』は、単なる記録や資料の集まりではありません。ここには、AAの歩みを見つめ、支えてきた多くの方々の体験や思いが込められています。AAに長く関わっている方も、初めて触れる方も、きっと心に響く何かを見つげられるはずです。どうぞ気軽にページを開き、仲間や支援者の言葉に耳を傾けてみてください。

最後に、この記念誌の作成に尽力してくださったすべてのメンバーに、心から感謝申し上げます。

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

■連載企画《クローズアップ☆ラウンドアップ》

第1回 東関越地域（2025年10月17～19日）

にし城西地区 荻窪 G ツチダ

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

東関越地域では毎年秋にラウンドアップを開催しています。2025年秋はにし城西地区が担当いたします。開催地は新潟県南魚沼市です。我々が目指したことを紹介し、今後にはラウンドアップを企画する仲間へご参考になれば幸いです。

◆地区として目指したこと

地区委員として、ラウンドアップ担当地区として立候補しよう！と地区代議員へ提案した背景は以下の2点です。

1. サービスの入り口

多くのグループにおいてサービスを行うメンバーが固定化されていると聞く。仲間と一緒にベクトルを合わせ、仲間のために時間と労力を使う達成感を味わってもら。非日常のフェローの準備を行うことでサービス活動を体験してもら。

2. 地区の一体感

準備期間は約1年間となる。同じ目標を長時間共有することで一体感を作り出す。普段なかなか会えない仲間と実行委員会を通じて、横のつながりを強くしていく。

◆地域として目指したこと

ラウンドアップの主催は地域です。よって地域にとってもどう貢献できるか考え、実行委員会で提案したのが新潟地区での開催です。背景は次の通りです。

数年前、新潟地区は解散の危機でした。担当評議員などが熱心にフォローし、新潟地区の新しい仲間の躍動もあり危機は脱しました。それどころか地区として一番サービスが盛り上がっているのは新潟地区となりました。地域としてこの熱を冷ましてはいけない、新潟地区を会場にすれば、新潟地区の仲間が気軽に参加できる、さらにサービスを経験できる仲間が増やせると考えました。

新潟地区のラウンドアップの経験は豊富で1993年、1997年、2001、2009年と過去4回開催しており、今回開催すれば16年ぶりとなります。16年が経ちラウンドアップ未経験の仲間が今回のラウンドアップを経験し、将来また新潟地区がラウンドアップに立候補する第一歩にして欲しいとも思いました。

また元々ラウンドアップはAAのない場所にAAを運ぶ意味合いもあったと聞いています。数年前湯沢グループが解散しています。なのでもう一度越後湯沢近辺にAAを運ぶことに意味があるとも思いました。そして今年は日本のAAが50周年であり、実は新潟地区も40周年というメモリアルイヤーでありました。東関越地域はもちろん日本全国の仲間には新潟地区を訪れて欲しいと考えました。

1986年に第1回のラウンドアップが埼玉県で行われ、この秋で71回目の開催となります。AAガイドライン「カンファレンス・コンベンション・ラウンドアップ」に成功の特徴として「実行委員の熱意と配慮」と記載されています。まさに我々実行委員メンバーは現在進行形で熱い気持ちで皆さまの笑顔を作るために準備をしています。当日お会いできることを楽しみにしています。

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

■第3回 AA 全国矯正・保護施設フォーラム開催に

あたって

B類常任理事 企画担当 郷

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

みなさま、第3回全国矯正・保護施設フォーラムについてご案内させていただきます。

2025年11月5日(水)10:30～17:00に、名古屋市総合社会福祉会館7階大会議室で開催致します。主催はAA日本常任理事会です。

会場は、名古屋市営地下鉄名城線黒川駅から徒歩約8分のところにございます。

尚、オンライン(Zoom)での視聴も可能です。(ID: 818 7087 5823 パスコード: kyousei)

ご存知のように日本のAAは今年で50周年を迎えました。アルコール依存症者がお互いの経験と力と希望を分かち合い、自分自身の回復と共に、苦しんでいるアルコール依存症者の回復の手助けができるよう、様々な活動をしてまいりました。

飲酒運転による重大事故の報道を頻繁に目にするだけでなく、アルコールに起因する問題で矯正・保護施設のお世話になる事例は数多くあり、大きな社会問題となっております。このような問題ある飲酒者に対してAAのメッセージを運び、アルコール依存症からの回復・人生の再建につなげる事は、社会資源を健全かつ有効に活用していくための大切な役割であると考えております。

このような中、AAメンバーの体験談とともに、名古屋保護観察所次長の杉本浩起氏、名古屋刑務所豊橋刑務支所教育専門官の濱野智浩氏、元法務省近畿地方更生保護委員会委員長・元AA日本常任理事会A類常任理事の荒木龍彦氏に基調講演をお願い致しました。また、医療法人成精会刈谷病院副院長・AA日本常任理事A類常任理事の菅沼直樹氏、中部地方更生保護委員会委員長の瀧澤千都子氏にもお話していただきます。

この機会に関係者の方々やアルコールに問題のある方々に広くAAの存在を知っていただき、アルコール依存症者の回復のためにご活用いただきたく思います。AAのプログラムによりアルコール依存症から回復したメンバーがたくさんいる事を知っていただけたらと思います。それにより、今回のテーマである『わたしたちにできること』～社会資源としてのAA～という理念を実現できたならば幸甚に思います。

アルコール依存症は病気であり、適切な医療と自助グループによって回復できるものである事を数多くのAAメンバーが証しておりますし、そのために関係者の方々の多大なご尽力をいただいている事にも心から感謝しております。

このニューズレターが発行される頃にはみなさまのお手元にフライヤーをお届けできると思います。ぜひ一読いただき、ご参加いただけますことを心よりお待ち申し上げます。

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

■第2回 AA 西日本圏ゼネラルサービスフォーラム

にむけて

中四国地域 アンディ

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

第2回西日本圏ゼネラルサービスフォーラムを下記のとおり開催します。

テーマ：『Keep Coming Back

～AAからのメッセージ～』

開催日程：2025年12月20日(土)～12月21日(日)

会場：岡山県生涯学習センター

オンラインとのハイブリッド開催

まずは今回の【ゼネラルサービスフォーラム】のプログラムについて概要を説明します。

このフォーラムでは、①「パネル」と②「ラウンドテーブル」が主要なプログラムになります。「パネル」はスピーカーズミーティング、「ラウンドテーブル」は小グループに分かれてのテーマミーティングをイメージするとわかりやすいかと思えます。今回は5つの「パネル」（1会場で時間帯別）ではそれぞれで3名のパネリストがスピーチしてその後にQ&A等をし、「ラウンドテーブル」では同時に4会場(現地1会場とオンライン3会場)に分かれてグループ別ミーティングをするといった形式になります。ゼネラルサービスについてのフォーラムですので、JSOスタッフ、各常任理事、WSM評議員の方々の挨拶やメッセージもあります。このように2日間で密度の濃い内容とタイムテーブルになりそうです。

【第1回西日本圏ゼネラルサービスフォーラム】ではホスト地域は関西地域でしたが、コロナの影響もあり2021年12月にフルオンライン形式での開催となりました。実はその際に、当初は中四国地域にホスト地域を提案していただいたのですが、辞退しています。当時は前年からのコロナの影響で地域のミーティングをはじめ、各種イベント開催もままならない厳しい状況が続いていました。全国いずれの地域も同様だったのでしょうか、大都市圏の少ない中四国地域では、とりわけ余裕のない大変な状況でした。そのような状況下でも当時ホスト地域を受けていただいた関西地域には本当に感謝しています。

中四国地域の厳しかった状況ですが、現状はどうかというと根本的な問題は変わらないため、厳しい状況はむしろ加速進行しています。

メンバーの高齢化、人口の減少流出、輪番制の維持困難など問題は山積しています。他地域でも同様のところが多いのではないのでしょうか。

そういう現状を踏まえて、だからこそ今ここで【ゼネラルサービスフォーラム】の分かち合いが必要なのではないかと痛感します。

各地域での経験を分かち合い、課題や事例を検討・参照し、今後に向けて希望を持って建設的に進んでゆけるよう、このフォーラムを皆さんとともに有意義に実現してゆきたいと思えます。

ハイブリッド開催ですのでオンライン参加も可能です。

より多くの仲間の方と分かち合えれば幸いですし、力になります。AAで受け取ったものを新しい仲間へ受け渡せるよ

うに、お互いにサービスを継続しつつまた前進していきましょう。

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

■BOX-916 編集委員会の活動

南多摩地区 西八 G だいすけ

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

BOX-916の編集に携わって約1年半。活動紹介の前に、私とBOX-916との出会いから話します。最初にBOX-916を見たのは入院中の病棟でした。入院患者の中に、夜中眠れないとBOXを読んでいる人がいて、その人は、「ここには俺と同じ人がいるんだよ」と言っていました。何度酒をやめようと思っても再入院を繰り返すその人が読んでいたのを思い出します。次に、AAに繋がって2年が過ぎたころ、ラウンドアップの会場で「これ、お前の夏休みの宿題な」と言って仲間が封筒を渡してきました。中身を空けると原稿用紙。BOXの原稿書けということかと。ラウンドアップの食事券と引き換えに原稿を書くことになりました。今思うとユニークな原稿の集め方だと思います。

私がBOX-916の編集委員となったのは、評議員を退任された仲間が誘ってくれたのがきっかけです。立候補してなれる役割ではなく、また前出の入院中の患者さんや原稿用紙をくれた仲間を思い出し引き受けることにしました。

編集委員会の活動は、2024年2月、3月に準備委員会を開催し、以降毎月1回編集委員会を開催しています。最初は1冊のBOXが出来上がるまでに、こんなに決まり事や工程があることを知ることからのスタートでした。それと、投稿は想像よりも多くなく、実際は、ギリギリの投稿数であることにも驚きでした。編集委員会の仕事は、主に原稿の校正と所定のフォーマットに変換する作業です。誤字や脱字がないかという視点で文章を追いかけると投稿文章そのものの意味が全く頭に入らず、結局1つの文章の校正に非常に時間が掛かったのを覚えています。校正が終わると所定のフォーマットに整えるのですが、これも最初は苦労した点です。はじめの数か月はこんな調子だったので、編集長から「編集委員会とは別に、PCの使い方や編集方法の勉強会をしよう」と提案があり、対面での勉強会を開催することになりました。勉強会のお陰で今では、通常行う編集作業に困ることはなくなりました。昨年からはかなりの成長と進化を遂げているように感じています。全国の誰よりも先に仲間のメッセージを受け取ることができるこのサービスは編集委員の特権だと思います。役割に誘ってくれた仲間と、一緒にサービスを行ってくれる編集委員会の仲間には本当に感謝しています。

最後に全国のAAメンバーへのお願いです。BOX-916は全国の仲間に皆さんからのメッセージを伝えることができるものです。仲間に留まらず医療関係者や入院患者さんにも届けることができます。ぜひとも皆さんの経験を伝えていただければと思います。投稿をお待ちしています。

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
オフィス移転しました。詳細は本誌次号でご案内します。

〒112-0012 東京都文京区大塚 3-28-7 林野会館 202 Tel:03-3590-5377 Fax:03-3590-5419

<http://www.aajapan.org> jso-1@fol.hi-ho.ne.jp

(月～金)9:00～17:00 (土・日・祝) 休