

# 酔属ニュース

AA九州・沖縄セントラルオフィス 〒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:10:00~16:00(土日祝休み)  
 E-mail:koko@po4.synapse.ne.jp  
 ホームページ:http://www.aa-koko.com/

## 「もう一度…」

私は、両親と兄の4人家族で育ちました。父親はとても仕事熱心な人で、私が小学生の頃から単身赴任をしていましたが、病気の為に55歳で他界してしまいました。ですから、私には父親との思い出はほとんどありません。母親は、真面目で「竹を割ったような性格」で、子どもの躾や教育に熱心な人で、よく叱られた記憶があります。そんな母親が怖くて、いつも「親の顔色をうかがう子ども」だったようです。そしていつしか、「周囲の人たちの顔色をうかがう子ども」になっていきました。

母はよく女の子に恵まれなかったことを悔やむように話していました。私は、男の子で産まれたことが悪いような気持ちになって、いつか自分の存在に対して罪悪感すら感じるようになっていました。この頃から、朝の登校中に烈しい嘔吐に見舞われるようになりました。家も学校も…安心できる居場所がないような気になっていました。

周囲の大人たちからは「文武両道!勉強も運動でも努力しろっ!」と言われていました。勉強もスポーツも頑張りました。いわゆる「優等生」の部類に入っていたと思います。でも、私自身の自己評価はとても低く「自分はダメな子」と思っていました。何でも一番にならないとダメだと思っていました。いつか、家族にも友人にも心を開けず、人に怒られたり、人に拒否されるのが怖くて…。いつも「優等生」を演じている…そんな「社交的なひきこもり」になっていました。



一浪の末、地元の私立大学の体育学部に進学。ある晩、バイトで夜遅く帰宅した時に「おまえは、大学まで行かせてやっても、やっぱりダメだな」と言われました。その時、私の中で何か弾けました。「もう、いいよ…」大学を辞めて、家を出て就職しました。

初めて一人暮らしをしてみました。何故かアパートでも落ち着かず、いつも怯えて暮らしていました。友だちもいません。「独りぼっち」でした。この頃から、アルコールを飲むようになっていました。美味しいと感じたことはないのですが、あの酔いが回ってきた時の解放感に魅了されて、飲んだら必ず泥酔まで飲んでいました。酔っている時だけ、本当の自分に帰れる気がして、いつかアルコールの虜になっていきました。

職場では、いつも酔っぱらっているとわれ、ますます人間が怖くなって、私は一人ひきこもって飲み続け、もうどうなってもいいとすら思うようになっていました。お酒が止まりません。

33歳の時、知人のアドバイスでアルコール依存症専門治療病院に繋がることができました。医師から「あなたはアルコール依存症です、心の病です。治療の必要があります」と診断されました。不思議なことに「そうか!やっとなかった!自分の子どもの頃からの『生きづらさ』は、やはり病気のせいだったのだ。」と、私はすぐに病気を受け入れることができました。この頃からAAに繋がることができたのですが、AAの中でも「社交的なひきこもり」な自分でした。だから、アルコールを止める事は出来ませんでした。いつの間にか、地元のアルコール依存症治療の病院を絵ナメにして、入院回数は20回を超えていました。もう入院をさせてもらえる病院もありません。繰り返す入退院で、AAの中でも疎外感を感じるようになって、仲間、友人、そして家族からも見放された感覚でした。「安心できる居場所」がありません。小学生の頃から、ずっとそう感じていました。AAは私を仲間として受け入れてくれていたのに、それすら気づけず、ずっとそう感じていました。



自己否定感、疎外感、孤独感、苦しみ、怒り、悲しみ、そして、自分の育った境遇への恨み…あらゆるマイナス感情に押しつぶされそうになって、気が狂いそうでした。本当に「独りぼっち」になってしまいました。それでもお酒は止まりません。もう、トイレに行く力すらありません。このまま死んでいくのだと思いました。恐ろしい孤独の中で、すべての問題は、自分の中にあるのだということに、ようやく気づくことができました。この「気づき」の中で、私は幸運にもまだ生きていました。「このままじゃ終われない…」という思いがどこからか湧いていました。



私は、無我夢中でAAに通い始めました。それしか思いつかなかったのです。もう見栄も外聞もありません。そんな中で、私は一人の男性と出会い、私はその方に初めてスポンサーをお願いしました。AAに繋がって17年が経過していました。

スポンサーとの棚卸で、自分の「生きづらさ」の原因は全部、「不正直な生きかたをしてきた自分」が作り出したものだったことに気づかされました。だから、今までの自分の「生き方、考え方」を根本から変えていく事に取り組んでいます。自分の人生の責任は、自分にあるのだと思えるようにもなりました。

私の「生い立ち」の物語は、何も特別なものではないと思います。むしろ普通の家庭での普通の男の子の物語だと思います。でも、アルコール依存症になってしまいました。誰が悪いわけでもありません。でも、たくさんの人たちに迷惑をかけてきた人生でした。自分の事しか考えていない人生でした。だから、これからの人生をしっかりと生きて、迷惑をかけた人たちに生涯かけて「埋め合わせ」をしていきたいと思っています。

今、私には心から打ち解けられる「仲間」がいます。もう「独りぼっち」感はありません。そして、今まさに苦しんでいる仲間もたくさんいます。そんな仲間たちと一緒に、もう一度「生きなおしてみたい。」と心から思っています。あきらめず何度でも「もう一度」と。

たくさんの方に助けをいただきました。今の生命はAAからもらいました。心から感謝申し上げます。ありがとうございます。



AA 小倉南ラベンダーグループ 月

## オフィス委員会から

オフィス委員会では、皆さまのご要望に可能な限り対応して「より親しみやすい、身近なみんなのオフィス」を目指して毎月定例会を行っています。これからも皆さまのご意見をお聞かせください。

### 【6月度の報告】

- ◆ AAグループが独自に開設しているホームページにKOCOのホームページアドレスを掲載させて欲しいと要望してきた事についての対応。
- ☞ 各グループのご意見をお寄せいただきましたが、コロナ禍の影響で十分のご意見を集約できませんでした。今後、今回同様の事案が発生した場合の対応について、引き続き各グループの意見を伺いたいと思います。(今回の「マイ・ヒストリーミーティング」については、既にJSOのリンクが掲載されているので、KOCOからの回答は控えることとしました。)
- ◆ 「KOCOのホームページ」と「酔属ニュース」の内容について
- ☞ 「携帯でも見やすくしてほしい」「検索しやすくしてほしい」などのご意見を頂きました。どんな風にしたら良いのか？検討して参ります。また「こんな情報を載せて欲しい。」「こんな風にしたらわかりやすい。」などご意見も引き続きお寄せください。よろしくお願いいたします。

※その他、詳細は来月発送の「オフィス委員会報告書」をご覧ください。

## 【7月度の議題】

◆ 「KOCOのホームページ」「酔属ニュース」について

☞ 引き続き検討して参ります。ご意見をお寄せください。

**新型コロナウイルス対策におけるミーティング会場変更・中止・再開・その他について**

こちらの情報につきましては九州・沖縄セントラルオフィスのホームページ  
(koco@po4.synapse.ne.jp) → 『**新型コロナウイルス対策におけるミーティング会場変更・中止・再開・その他のお知らせ**』を随時更新しておりますので、そちらでご確認ください。わからないときは、オフィスの方(099-248-0057)へお問い合わせくださいますように、よろしくお願いたします。

また、ミーティング会場の変更・中止・再開等がございましたら、KOCOの方へ早めにご連絡していただけたら助かります。よろしくお願いたします

**ミーティング変更・中止・その他**

日時	地区	グループ	ミーティング会場	内容	備考
6/24～ 毎週(木)	沖縄	コザ	沖縄市保健相談センター	休 止	グループの都合により 休止とさせていただきます。
6/21～ 第3(月)		コザ 女性カースト	嘉手納町社会福祉協議会 3階会議室		
7月～ 毎週(月)(金)	大分	iRis 中津	中津文化会館	時間変更	7月よりミーティング開催時 間が 19:15～20:45 に変更と なります。 (変更前:19:30～21:15)
7/10(土)	福岡	福岡グレイス	北九州市生涯学習総合 センター 北九州市小倉北区大門 1丁目6-43	会場変更	7/10(土)、左記会場に変更 となります。
7/17(土)	鹿児島	加世田	南さつま市総合福祉セ ンター ふれあいかせだ	中 止	会場都合により中止となりま す。
7/24(土)	福岡	福岡グレイス	北九州市生涯学習総合 センター 北九州市小倉北区大門 1丁目6-43	会場変更	7/24(土)、左記会場に変更 となります。

**イベント案内 (地域・地区・グループ)****2021年7月****九州沖縄セントラルオフィス委員会**

【日 時】 2021年7月18日(日) 10:00～12:00

【形 式】 (オンライン) ZOOMにて

※ オフラインのご参加も歓迎いたします。

ID: 457 008 2439 パスワード: 0f0hX9 (ゼロ・エフ・ゼロ・エッチ・エックス(大文字)・キュー)

【主 催】 AA九州沖縄セントラルオフィス委員会



## 書籍頒布情報

○ 日頃からオフィス書籍頒布にご協力いただき有り難うございますこれからも宜しくお願い致します。

- その1 『ドクター・ボブと古き良き仲間たち』(旧題 ドクター・ボブと素敵な仲間たち)の45周年記念カバー版 限定500冊、価格3,000円(税込)の購入につきましては JSO(03-3590-5377)の方へお問い合わせください。
- その2 3月1日より『概念のチェックリスト』の翻訳版が発行されています。3月のJSOからの発送物に同封されているものをコピー、又はJSOホームページ「AAグループのための資料」からダウンロード印刷可能です。
- その3 『AA日本45周年記念集会スピーチ原稿集』(頒布価格500円)を若干増刷して、連休明けより頒布いたします。ご希望の方はJSOの方へご注文ください。

2021年6月度 AA九州・沖縄セントラルオフィス業務日報 集計 5/25～6/25

内容	メンバー	当事者	家族	行政	医療	施設・学校	JSO/他CO	マスコミ・他	計	*メッセージ登録数*	
TEL(受信)	74	10	3	1	3	1	10	2	104	2021.6.25 現在	
TEL(送信)	13	1	1				4	1	20	地区	メッセージ
メール(受信)	78		4	1	4	4	8	1	100	福岡	7
メール(送信)	66		3			2	9		80	佐賀	1
Fax(受信)	3					2	1		6	長崎	
Fax(送信)										大分	3
書簡(受け)	1	1		1		2	2		7	熊本	7
書簡・書類(送り)	3								3	宮崎	7
書籍現金販売			2		1	1			4	鹿児島	2
書籍発送	16					3			19	沖縄	
発送物印刷	16								16	計	27
ホームページ更新	69						JSO書籍発注			※年度ごとに登録、更新します。 2020.7月以降にご登録いただいた仲間の人数です。	
ボランティア	2	来訪者		10			JSO書籍納品		1		

今回の問い合わせ(主だったもの) (※問い合わせの中には、特定のグループやミーティングに対するものもあります。)

☆当事者… 福岡(男性)、長崎(男性・女性)、熊本(男性)、鹿児島(男性)、宮崎(女性)の方々より AA福岡地区やAAグループの状況について→ご本人の希望により、12ステップコールを使わせていただきました・ご自身の飲酒問題の相談・ご自身の飲酒問題の経過報告・AAミーティングへの参加のしかた・(D会よりのご紹介)AAについておよび飲酒問題の相談・書籍の注文・飲酒問題相談→ご本人の希望により、12ステップコールを使わせていただきました。他。

★家族・友人…福岡(娘)より父親の飲酒問題相談及びオンラインミーティングについて・鹿児島(家族の自助グループ)よりミーティングについての質問・鹿児島(家族)よりAAグループについて。

☆行政… 大分(Kセンター)よりAA大分宛てに文書を送付したい。

★医療… 佐賀(Uセンター)よりAAグループの開催状況について。鹿児島(M病院 事務)より書籍の注文及び追加。他。

☆施設・学校… 鹿児島(S施設)より書籍の価格について

★マスコミ・他… ゆうちよ(配達)より、発送物の未着について・AA滋賀より原稿の依頼。

●オフィスでは、九州・沖縄地域からの仲間の投稿を心からお待ちしています。テーマは自由です。今、メッセージしたい事、グループや地区の紹介、個人やサービス活動を通しての体験談などなど…。800～1600字(原稿用紙2～4枚)前後で、お気軽にお寄せくださいませ。よろしくお祈りします。

●皆々様、九州・沖縄セントラルオフィスからの次月発送物への原稿締め切りは、毎月25日とさせていただきます。連絡もれ等のありませんように、よろしくお祈りします。



●書籍代支払い・献金等でオフィス発行の払込票が無い場合は、郵便局の払込票に下記の口座番号、加入者名を記入してお払込下さい。尚、払込内容は通信欄に詳しくご記入をお願いします。

口座番号：01740-7-119459

加入者名：AA九州・沖縄ローカルサービス委員会

私の責任  
誰かが、どこかで助けを求めたら  
必ずそこにAAの愛の手が  
あるようにしたい。  
それは私の責任だ。