発行：AA九州・沖縄セントラルオフィス　　2023 年 7 月号　オフィス便り No.171 号

酔羅ニュース

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:koco@po4.synapse.ne.jp ﾎｰﾑﾍﾟｰｼﾞ:http://www.aa-koco.com/

≪オフィスより≫

6/23(金)～6/25(日) 2023 九州・沖縄地域ラウンドアップ in 長崎が 開催され、盛況の中、無事終了いたしました。4 年ぶりのラウンドアップという事もあり、テーマ「再会～久しぶりのおうて話ばすうで～」通り、各々仲間の再会の喜びもひとしおな様子でした。実行委員の皆様、そしてご参加された皆様、本当にお疲れ様でした(^^♪

今月も　素敵な原稿を仲間より頂いています。ありがとうございました。どうぞごゆっくりお読みください。

気づいたら飲んでいた年数より飲んでない年数が上回った喜びに・感謝（笑）

私の飲酒歴は中学 3 年生、友達が万引きしてきたウイスキーをキャップで回し飲み…なくなるまで飲み干して私だけ酔いつぶれた。起きたら頭が痛い吐き気、苦しい二日酔いの初体験。もちろんお酒は二十歳からと理解していたから、助は求められず不安で怖かった。母親が出ていき父親はアル中で育児放棄、ギリギリ中学を卒業した。まあ暴走族・ヤクザ関係・教師のセクハラ行為などドン引き経験ばかり起こり、心はズタボロ。20 代はデパート勤務後・合コンただ飲み。男はメッシー・アッシー扱いし、飲んでお金を払うことのない毎日。夜は銀座のクラブでバイト、チップや貢物ですさんで金銭感覚も最悪でした。

でもまさか私がアル中なんて信じられない。依存症って言われ頭が真っ白。意味が解らなく、主治医は 4 つ年下。真赤なトレーナーにドクロのピアス、びりびり穴が開いたジーンズ、髪にはメッシュが入り、精神病の患者と同じに見えた。そんな人にアルコール依存症、薬物依存症って二つも言われた。（この馬鹿くそやぶ医者が！）って　地獄に落ちてしまえと心から思いました。でもその後、その主治医に恋までして告白もした。主治医は「有難うございます。一生見させていただきます。」だって（笑）。振られた、まさに名医だ。

過去止まらない酒、コントロール不能？　ぶっ倒れるまで飲むのが普通、ブラックアウトが睡眠と思っていた。嫌な記憶を消すため飲む。上司が「お酒は食事や会話を楽しむため」って言っていたが、理解不能。程よく飲み・酔うなんて、飲めない奴の言い訳だと思っていた。

27 歳くらいから、酒を飲んだら路上垂れ流しで、救急車に運ばれ 1 日入院。自転車で顔面突っ込みの大けがにもかかわらずその日に又飲みに行く。暴言・酒乱、毎日がバトルゲームの生活。今ではかなりのやばいアル中だったと理解できます。どれだけの人が私で不快な思いをしたか、一番近い家族は恐怖と怒りで精神的に苦しんでいた。

当時の私は全く（知ったことか）と他人事としか思いませんでしたから、最悪な女でしたね。

今は AA とハイヤーパワーの力で、被害者側の気持ちを理解できるようになってきました。それも痛みと苦痛を経験して、AA に繋がってしらふで長い時間過ごすことが出来る様になったからです。

私には選べる自由があり、自由には責任が伴う事も学んだ。飲まないで生きるのは深いし、大変だけど私は一人じゃない。泣いて助けを求められる AA の仲間がいるから心から幸せです。この場を借りてスポンサー大好き、いつも有難うございます。助言者と仲間、家族にも感謝です。

（時には　むかつきますが　(*￣▽￣)ﾌﾌﾌｯ♪（笑）　）

さて私は、今日 1 日の積み重ねでソーバー１９年になります。精神病院 6 回の入退院、ここから始まり施設通所・デイケアサービス　週一回主治医との一時間半の診察を 5 年間。更に生活保護　仕事　恋愛　結婚　離婚　この人生をしらふで何とか飲まずにやっています。もう駄目かもしれないと、死を選ぶことさえ考えた自分。痛み・苦痛に耐えられなくて。突然襲ってくる全身硬直や過呼吸発作、気付いたら首のヘルニア。薬物にも問題があるから私は痛み止めが飲めない。何とか漢方のみでここまで生きてきた。

「バラ色人生どころか生き地獄」。でも必ず私は、ミーティングか仲間に泣いて弱音を吐いていた。絶対に泣かなかった私が、飲まずにハイヤーパワーと AA メンバーを頼ったから今を生き伸びている。他の人や血の繋がった家族でも　私は心を開けなかったのに…。

今アルコールが止まっているのは奇跡です。ハイヤーパワーを信じなければ、直ぐに私はまだいつか飲めるようになると言う大きな妄想に取りつかれてしまう小さい人間です。だから私は AA と仲間とハイヤーパワーが必要です。

私の好きな祈りは聖フランシスコの祈り・壁に書いてあった兵士の祈り・平安の祈り。今、AA の仲間と共に 19 年飲まずに生き続けられている。祈りとハイヤーパワーに感謝です。これからも仲間と一緒に笑って少し泣いたり怒ったりしながらも生き残り続けられますように。ハイヤーパワーの道具で、お役にたてれば幸いです。

福岡　浮き輪 G　　Mizuho
【穏やかに生きて行きたい】

ミーティング会場変更・中止 のお知らせ

※こちらの一覧には通常の「ミーティング会場案内」に掲載されている内容とは異なる状況のお知らせ（変更・中止等）についてのみ掲載させていただきますのでご了承ください。条件付きで開催されている会場についても、「ミーティング会場案内」の方へ合わせて掲載させていただきますので、そちらをご覧ください。各会場へお越しの際は 引き続き感染予防対策（マスク着用・手洗い・消毒等）をよろしくお願いいたします。

地　区	グループ	日　時	ミーティング会場	内　容	備　考
佐　賀	はがくれ	7/1 7/15 7/22(土)	鍋島公民館	開　催	7 月は左記の日程で開催します (時間は 19:00～20:00)
大　分	大分地区 女性ﾐｰﾃｨﾝｸﾞ	7 月～ 第 1､3(土)	ホルトホール大分	日程変更	7 月以降の開催日は第1,3(土)となります。 (6 月迄は第 2,4(土)です。)
福　岡	福岡ﾒｯｾｰｼﾞ	6/1(木)～ 18:30～19:30	福岡市市民福祉プラザ (ふくふくプラザ)	時間変更	6/1 より 18:30～19:30 に変更となります。
		6/3(土)～ 18:30～20:00	福岡市市民福祉プラザ (ふくふくプラザ)	時間変更	6/3 より 18:30～20:00 に変更となります。
福　岡	福岡ｾﾚﾆﾃｨ	6/29～8/31 毎週(木)	なみきスクエア	休　止	都合のより休止となります
福　岡	いとしま	6/29 7/6 (木)	健康福祉ｾﾝﾀｰ あごら	中　止	会場の都合で中止となります
福　岡	福岡ｸﾞﾚｲｽ	7/8 7/22 7/29(土)	北九州市立生涯学習 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	左記の日にちは、左記に変更になります。

熊　本	なごみ	6/17(土)～	カトリック武蔵ヶ丘教会 ヨハネ館 ※オンラインミーティングも併用	再　開	6/17 より再開します。 但し第 4(土)は当面の間休止です。
宮　崎	日南	7/7(金)	日南市生涯学習センター まなびピア	中　止	会場の都合で中止となります

イベント案内　(地域・地区・グループ)

高宮ニューライフ G 祝 10 周年オープン・スピーカーズ・ミーティング　【主催】AA 高宮ニューライフグループ

【テーマ】　「感謝　～これまでも、これからも～」
【日　時】　2023 年 7 月 16 日(日)　10:00～14:00
【場　所】　ふくふくプラザ 601 号室　(福岡市中央区荒戸 3-3-39)
【問合せ】　シン　090-1160-0433

AA 宮崎地区 第 28 回オープン・スピーカーズ・ミーティング

【テーマ】　「今を生きる」　～アルコール依存症からの回復～
【日　時】　2023 年8月20日(日)　10:00～15:00
【形　式】　会場とオンラインの併用　(ハイブリット形式)
○会　場　藤元メディカルシステム付属医療専門学校（北諸県郡三股町長田 1258-1)
○オンライン　(ZOOM)　ミーティング ID: 874 9051 0396　パスコード: aa2022
【参加費】　500円(AA メンバー、会場のみ)　※お弁当は各自ご持参ください。
【主　催】　AA 宮崎地区

AA ニュー鹿児島 G　秋季イベント　「伝統ワークショップ」　【主催】AA ニュー鹿児島グループ

【日　時】　2023 年 9 月 23 日(土) PM　～　24(日) AM
【場　所】　天台宗　南泉院　(鹿児島市花尾町 3841))
【参加費】　検討中
【問合せ】　一貫　080-2733-2490

〈速報〉AA 福岡地区 35 周年イベント

【テーマ】　「新しい生き方」　～未来へと続く道～
【日　時】　2023 年10月22日(日)　10:00～16:00　(受付 9:30～)
【会　場】　福岡市民福祉プラザ（ふくふくプラザ 3 階交流ひろば）(福岡市中央区荒戸 3 丁目 3-39)
【参加費】　無　料　(メンバーのみ 500 円)
【主　催】　AA 福岡地区

委員会案内　(地域内)

九州・沖縄セントラルオフィス委員会　【主　催】 AA九州・沖縄セントラルオフィス委員会

【日　時】　2023 年 7 月 16 日(日)　10:00～12:00　※ オブザーバーのご参加も歓迎いたします。
【形　式】　(オンライン) ZOOM にて　ID: 420　824　5840　パスコード: AAkoco2023

イベント書籍販売報告

●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。

日　時	地　区	グループ	イベント名	書籍販売額
6/23(金)～25(日)	九州沖縄地域		2023 九州・沖縄地域 ラウンドアップ in 長崎	22,710 円

●新刊「アルコホーリクス・アノニマス　回復の物語Vol.7」(価格 300 円)は 6/20 より　頒布開始しております。KOCOの方に、お買い求めください。
●BOX-916 の購読(毎月・年間)のお申込みは、JSO もしくは KOCO より可能です。JSO においては年間購読のお申し込みがネットから可能になりました。詳しくは JSO のホームページ aa_jso@yahoo.co.jp をご覧ください。

2023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 ～6/27

内容	メンバー	当事者	家族・友人	行政	医療	施設・学校	JSO/他CO	マスコミ・他	計
TEL(受信)	50	11	5	1	7	7	9	1	91
TEL(送信)	9				2	1	4	1	17
メール(受信)	55	1	1			2	8	2	69
メール(送信)	43	1	2		4	4	2		56
Fax(受信)	6					1			7
Fax(送信)									
書簡(受け)	2						5	3	10
書簡・書類(送り)	2			3		1			6
書籍現金販売	1				1				2
書籍発送	10								10
発送物印刷	10								10
ホームページ更新	30						JSO書籍発注		1
ボランティア	8	来訪者		7			JSO書籍納品		3

＊メッセンジャー登録数＊

2023.6.27 現在

地　区	メッセンジャー
福 岡	10
佐 賀	1
長 崎	
大 分	4
熊 本	5
宮 崎	1
鹿児島	2
沖 縄	1
計	24

※年度ごとに登録、更新します。
2022.7月以降にご登録いただいた仲間の人数です。

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…　沖縄（男性・女性）、大分（男性）、福岡（男性・女性）、長崎（女性）、鹿児島（男性）の方々より、6/3 沖縄 OSM の参加方法・AA に 5 年前に繋がっていた。また参加したいが可能か？・ご自身の飲酒問題相談・ラウンドアップ不参加の連絡・福岡の 40 代のメンバーを知りたい→メッセンジャー登録を使わせて頂きました・書籍の注文・BOX-916 の注文・大分のミーティング会場とリモートミーティングを知りたい。等。

★家族・友人…　沖縄（女性）より 6/3 沖縄 OSM の参加について。鹿児島離島（母）より息子の依存症問題相談。沖縄（家族）より AA,AA フループ、参加方法について。大分（妻）よりラウンドアップについて。等。

☆行政…　福岡（C 保健所）より情報誌へのＫＯＣＯ情報の掲載依頼。

★医療…　宮崎（M 病院・相談員）より AA メンバーへの面接依頼。AA グループのミーティングにご家族も一緒に参加したい。福岡（Y 病院・PSW）より AA ミーティング会場について。鹿児島（T 病院・相談員）よりメッセージの再開依頼→担当者へお繋ぎしました。福岡（H 病院・PSW）よりお酒がとまっていない患者さんについての質問。福岡（G 病院・NS）より書籍のご注文。等。

☆施設・学校…　福岡（E 施設）より　メンバーの宛先変更について。福岡（M 施設）よりラウンドアップの部屋 NO の確認。キャンセルについて。福岡（F 施設）よりラウンドアップの参加者入れ替えについて。等。

★マスコミ・その他…　千葉（A 新聞社）より、ＡＡメンバーへのインタビュー依頼。

●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、ク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。よろしくお願いします。

●皆々様、九州・沖縄セントラルオフィスからの次回発送物への原稿締め切りは、毎月 25 日とさせていただいております。連絡もれ等のありませんように、よろしくお願いします。

●「酔属ニュース」のデータをご用命の方は、オフィスまでお尋ねください。

●　九州・沖縄セントラルオフィスへの 献金・書籍代等の振込方法

1)オフィスより毎月の月末発送物に同封している　青い線の「払込取扱票」を使用

通信欄の**「種別」にチェック、地区・グループ名又はお名前(AA ネーム)・金額**、ご依頼人欄に**住所・氏名・お電話番号**を記入してください。

2)ゆうちょ銀行にある青い線の「払込取扱票」を使用

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**

通信欄に**振込内容**(献金の種別・又は書籍代等)・**地区・グループ名又はお名前(AA ネーム)・金額**、ご依頼人欄に**住所・氏名・お電話番号**を記入してください。

3)ゆうちょ口座からゆうちょダイレクトを使用

①'ゆうちょダイレクト' に**ログイン**する。　②'ゆうちょダイレクト' のホーム画面より **「振込・振替」**をクリック

③**「ゆうちょ銀行あて振替先の選択」** をクリック　④**「記号番号での入力」** をクリック

⑤・「送金先口座」⇒　**01740　－119459** と入力　・「送金先金額」⇒　振込金額　を入力

・「メッセージ」⇒　**振込内容**(献金種別・又は書籍代等・ｸﾞﾙｰﾌﾟ名又はお名前(AAﾈｰﾑ)等)を入力してください

⑥トークン(ワンタイムパスワード生成機)に示される**「ワンタイムパスワード」**を入力して　⑦**「実行」** をクリック

※　1）2)では、恐れ入りますが振込手数料は振込者側です。また現金使用の場合、別途加算料金 110 円/件がかかります。
3)では、月 5 回まで、振込手数料が無料です。

～ 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。～