発行：AA九州・沖縄セントラルオフィス　　2023 年 8 月号　オフィス便り No.172 号

酔屋ニュース

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　HP https://www.aa-koco.com/

☀ AA九州・沖縄セントラルオフィスは、8／13(土)～8／15(月)は、お盆休みです。

≪オフィスより≫　8/1よりセキュリティ対策として　ホームページをSSL化(暗号化通信)します。
それに伴い、現在の URL　http://www.aa-koco.com が、 https://www.aa-koco.com　に変更になります。
変更後も http://www.aa-koco.com からのアクセスも可能ですが、今後は https://www.aa-koco.com からのアクセスを、またイベント等のチラシや、名刺等に URL を記載される場合も、https://www.aa-koco.com に変更していただきますようによろしくお願いいたします。

「私にとってのAA・今感じてるもの」

私は流れ者でした 。アルコールでの失敗やそのためについた 嘘から逃げるために流れ者でした。物事が思い通りにならないとすぐ酒を飲みヤケを起こし何もかも破壊してはその度に知らない街でやりなおそうと流れ者でした 。

そんな私が福岡にたどり着いたのは今から 5 年前の夏、 仕事で行っていた名古屋でどうにもお酒が止まらなくなり体がボロボロになり始め 何も出来なくなり仕事を失い、名古屋の駅で西に行くか 東に行くかの選択にせまられて何故か西を選び 縁もゆかりもない福岡 博多 にたどり着きました。

書いていて思い出したことがあります。新幹線の中でもお酒を飲み続けていましたが、その飲んでた頃の末期にはお酒が冷えていようが ぬるかろうが アルコールという物質が体内に入ればもう何でもいい状態だったような気がします。そして周りからすごい目で見られてたので醜態を晒していたと思います。

福岡にたどり着いた頃の私はとにかく孤独でした。もうどうにもならないと底つきを感じた状態で、とにかく心と身体を休めたいとスマホで病院を検索し区役所の方の手助けもあって初めてアルコールの専門病院に繋がりました。

それまでの私はアルコール依存症と診断されてもアルコール依存症がどんな病気かもわからずに、なんとか上手に飲もうと十数年間節酒に挑戦し失敗し続けていました。そしてこのアルコール専門病院で初めてアルコール依存症がどんな病気かを知り「あゝだから私は上手に飲めないんだ…無理なんだ…」と長年の謎が解けたような、実験結果が十数年越しでやっと出たような感じでした。なので「 飲むのをやめよう…もう挑戦するのはやめよう…」と素直に思えた方だと思います。

治療プログラムの一環としてあった院内の AA から 繋がった私ですが、最初は AA など知らなかったですし、神とかハイヤーパワーとか出てきて何か 宗教臭くてしかめっ面した疑心暗鬼な私でした。しかし私にはミーティングのハンドブックが良かったかもしれません。 はじめてハンドブックを読んだ時「 ビールだけに限る ・飲む杯数を決める ・一人では決して飲まない・昼間は飲まない・家だけ 飲む etc…」私が上手く飲むためにやった私だけの 努力がそこには書いてあり、まさか 皆んながやってきた努力だとは思いもしませんでした。その文章を目にした私は 驚き、その後に笑いが出たのも覚えてます。それも私が AA には繋がった理由の一つだと思います。

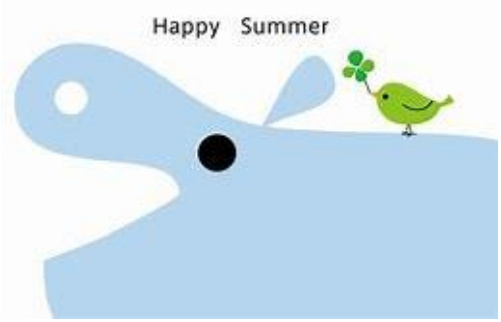
そんな中 参加しはじめた AA でしたが先行く仲間の話は意味が分からず、なにかただお酒をやめに来ている私とは違う話しのような気がしていましたし、私の方はちゃんと話さなければといっぱいいっぱいでした。でもあれだけ一人で頑張っても節酒すら出来なかった私のお酒がなんとか止まっているのは不思議でした。

その始まりだしたなんとか飲まない生き方は、 飲まずに出会ういろいろな物事、色々な感情それらを飲まずに処理するのがとても大変な場面・場合もありました。時にはとても苦しく飲んで気持ちを誤魔化してしまいたい、投げ出したくなった事も幾度あったことか… そんな気持を処理するため「あーでもないこうでもない」と 心はいつも 忙しかった様な気がします。

最近と言いますと私の周りで起こる物事はあまり変わらないかもしれませんが 、それに直面する私の心が前より若干穏やかでいれる時があり、それがとても心地良く感じ優しい気持ちになれます。本当にたまに の事ですが…。「心穏やかでいること」それが自分にはとても必要だなと感じました。そんなことは飲んでる頃には少しも考え話はしませんでしたが…。

振り返ってみますと私にとって AA はやはり道標だと思います。今でも危険や注意。一時停止で立ち止まりを教えてくれたり気付かさせてもらえたりします。
お酒をやめるためだけに繋がった AA でしたが 私はそれ以上にどれだけの贈り物を頂いたことか分かりません 。 無償で頂いたものを、メッセージを今苦しんでる 仲間に渡し続けていきたいと思います。・・・

・・・と、キレイにまとめて終わりたかったのですが 、実はこの文章を Gmail の下書きフォルダで保存していましたら誤って削除をしてしまいました 。Gmail の下書きフォルダの削除の復元はほぼ不可能 らしく、なん日か掛けてやっと仕上げた文章を安堵と睡魔のなせる技で私は削除してしまいました。日が変わった 夜中の 1 時に大声を 出してしまいました。 とてもとても破壊的な気持になりましたが、せっかく AA のことを書かせてもらっていましたし 、次の日 仲間に会うことが分かっていたのでその夜はなんとか堪え翌日、片っ端から仲間を捕まえて このしでかしたことを話させていただきました。仲間は「よくあることさ…」と笑ってくれました。削除した事が帳消しになったわけでも解決したわけでもないのですが 、仲間と話したことで 私はすっかり その辛さから助けられていました。ハイヤーパワー以外の何ものでもないと私は思いました。 なのでというわけではないですが これからもずっと「AA と共に…仲間と共に…」



AA 福岡セレニティ Gr 世捨て人

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	8/5 8/12 8/26(土)	鍋島公民館	開　催	8 月は左記の日程で開催します (時間は 19:00～20:00)
大　分	ｉＲｉｓ	8/11(金) 8/14(月) 9/29(金)	中津文化会館	中　止	会場都合により中止となります
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	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 1-6-43	会場変更	左記の日にちは、左記に変更になります。
福　岡	ウォームス	8/11(金･祝)	田隈人権まちづくり館	中　止	祝日で会場都合の為、中止となります。
福　岡	小倉ライラック	8/24(木)	西小倉市民センター 北九州市小倉北区大門1-5-2	会場変更	左記の日にちは、左記に変更になります。
宮　崎	フェニックス	7/27 8/3 8/10 8/17 8/24 (木)	宮崎県福祉総合ｾﾝﾀｰ 宮崎市原町 2-22	会場変更	～8/24 まで木曜の会場(南宮崎カトリック教会)が使用できないので、左記会場の変更になります。
鹿児島	星 (鹿屋会場)	7 月のみ 第 3、第 5(土)	西原地区学習ｾﾝﾀｰ内和室	日程変更	7 月のみ。7/15(第 3 土)、7/29(第 5 土)に変更です。

新グループ・新会場

日　時	地　区	グループ	ミーティング会場	内　容	備　考
毎週 (火) 18:30～20:00	福　岡	オーバー ライド	堅粕人権まちづくり館 福岡市博多区堅粕1－23－1	新ｸﾞﾙｰﾌﾟ	r5.7/4 よりスタート。 オープン形式。
毎週 (日) 14:00～15:00	大　分	中　津	新博多町交流センター 中津市 1524 番地(京町)	新ｸﾞﾙｰﾌﾟ	r5.8/6 よりスタート。 オープン形式。

イベント案内　(地域・地区・グループ)

AA 宮崎地区 第 28 回オープン・スピーカーズ・ミーティング　【主催】AA 宮崎地区

【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。

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】 4,000 円　【問合せ】 一貫　080-2733-2490

ビックブックの分かち合い「ビックブックの読み合せとAAミーティング」【主催】AA シンプルグループ

【日　時】 2023 年 9 月 30 日(土)　～　10 月 1 日(日)　12:45 受付　／　翌日 11:30 終了
【場　所】 夜須高原青少年自然の家
【参加費】 3,000 円
【申込期限】8 月 20 日(日)　【連絡係】 悠斗　080-3220-8299

AA サンライズ東 30 周年記念の集い　【主　催】AA サンライズ東グループ

【テーマ】「いくたびの出逢いを重ねて～　すべてはここから始まった」
【日　時】 2023 年 10 月 9 日(日)　10:00～16:00　(9 時半受付)
【会　場】 コミセン和白　第一会議室　福岡市東区和白 1 丁目22－27　JR 福工大前駅校舎内 2 階
　※福工大前駅立体駐車場をご利用の方は駐車券をコミセン和白 2 階受付まで
　お持ちいただければ 4 時間無料。　＊60 分¥200 円、12 時間最大¥700 円。
【参加費】 500円(AA メンバー)

〈速報〉 AA 鹿児島地区 オープン・ステップ・ミーティング　【主催】AA 鹿児島地区委員会

【テーマ】「アルコール依存症からの回復　と　AA の12のステップ」
【日　時】 2023 年10月15日(日)　10:00～15:00　(受付 9:30～)
【形　式】 会場とオンラインの併用　(ハイブリット形式)
　●会　場　はーとぱーく (鹿児島市精神保健福祉交流センター) 2F (鹿児島市鴨池 2-22-18)
　●オンライン　(ZOOM)　ミーティング ID、パスコード　は後日掲示いたします。
【参加費】 無　料

〈速報〉AA 福岡地区 35 周年イベント　【主催】AA 福岡地区

【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）

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 8 月 27 日（日）　10：00～12：00　※ ｵﾌﾞｻﾞｰﾊﾞ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　　ﾊﾟｽｺｰﾄﾞ: 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
6/4(日)	AA 沖縄地区		2023 年(第 25 回)AA 沖縄地区 OSM	12,800 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7月度　AA九州・沖縄セントラルオフィス業務日報　集計　6/28 ～5/24

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)	41	10	3	4	3		4	1	66
TEL(送信)	6						1	2	9
メール(受信)	50	1	1			2	3	1	58
メール(送信)	39	1		1					41
Fax(受信)	1				1	2			4
Fax(送信)									
書簡(受け)	1								1
書簡･書類(送り)	3			3		1		2	9
書籍現金販売									
書籍発送	9				1				10
発送物印刷	10								10
ホームページ更新	56						JSO書籍発注		1
ボランティア	3	来訪者		3			JSO書籍納品		1

＊ﾒｯｾﾝｼﾞｬｰ登録数＊

2023.7.24 現在

地　区	ﾒｯｾﾝｼﾞｬｰ
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…　鹿児島（男性・女性）、福岡（男性）、長崎（女性）、熊本（男性）、の方々より、AA ミーティングの参加方法・AA ミーティングについて・書籍の注文・AA グループについて・ご自身の飲酒問題の相談・ご自身の飲酒問題の経過報告・北九州市の AA グループへの参加方法（診療内科医よりのご紹介）・アルコール絡みの以前の事件について・書籍の価格について。等。

★家族・友人…　鹿児島（息子）より父親のアルコール依存症の相談・大分（家族）より AA ミーティングへの参加方法・熊本（母）より娘婿の飲酒問題の相談。

☆行政…　福岡（N 区役所）よりろうあ者の AA グループ参加について→ご指定されたグループへお繋ぎしました。鹿児島（支援員）よりさつま川内市のＡＡについて。北九州保護観察所より北九州市のミーティング会場の最新情報が知りたい。福岡（市役所）より手話のできるＡＡメンバーについて。

★医療…　宮崎（Ｍ病院・相談員）より AA メンバーへの面接依頼→担当ﾒﾝﾊﾞｰへお繋ぎしました。福岡（Ｉ 病院/看護師）より福岡のミーティング会場の開催現状について。等。

☆マスコミ・その他…　ヤマトＤＭ便より不着分のＤＭ便について。

●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。

～ 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。～