発行：AA九州・沖縄セントラルオフィス　　2023 年 9 月号　オフィス便り No.173 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/

どんな状況からも回復は出来る

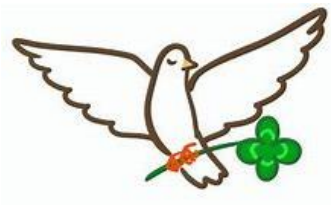
専門のお医者様にアルコール依存症と診断され 20 数年がたち、今はお酒を口にしない生活をしていますが、飲み続けていた頃の出来事は、未だ薄れる事もなく覚えています。ミーティングやステップを通して何度も思い返しているおかげかもしれません。

20 代で夕方の手の震えや飲まずに床に就いた時の寝苦しさを感じるようになり、30 代には肝臓・膵臓に慢性疾患を抱えながら、大事な仕事の前日であっても翌日に通院検査日が控えていても、飲まずには居られないようになっていました。その頃、平日の昼間はお酒を飲む事はありませんでしたが、それは辛うじて仕事が歯止めになっていたのだと思います。タガが外れたのは、ある年のゴールデンウイークがきっかけでした。1 週間ほど朝からビールを煽り、昼間は強いお酒をちびちびやり、夕方から本格的に飲みに出る、そんな日々を過ごしました。明けて出勤日になったのですが、気持ちが落ち込んで動けない、具体的に、何がという訳ではないのですがひどく怖い。シャワーを済ましてスーツに着替えたのですが吐き気と震えが止まらず、あまりの体調の悪さに会社に病欠の連絡を入れた後、昨夜の残りの強いお酒をぬるいままで飲み干しました。そして１０日ほどびくびくしながら欠勤を続けて職を失いました。この頃から私の切れ目なく飲み続ける病的な日々が始まりました。

その後は、絵に描いたような堕落したアル中の生活、つまり朝から酒臭くフラフラの状態のまま通りに出てキャッシュカードでお金をつくり、大量の安酒と少しの肴を買い込み、泥酔するまで飲み続け、たまに元気な時には夜の街に飲みに出掛け、持ち物を失くすか血だらけの状態で帰って来る事が日常になりました。そのうち銀行・信販会社系の借入がクレジット枠いっぱいになり、大手サラ金、中堅どころ…と流れていき、借り入れしたお金で金利だけを支払して、残ったお金は全てお酒に換えるようになっていました。飲み屋・知人とのトラブルも多くなり、どんどん会いたい人も会える人もいなくなっていきました。最終的にはアパートの部屋にこもって、階段から聞こえる足音に怯え、駐車場からの近隣住民の話し声にびくつくような状態でお酒を飲み続けるようになりました。

そんな中、吐き気が酷くお酒が喉から落ちていかないのと、このままでどうなっていくのか先の見えない事に恐怖を感じお酒を抜いてみました。なんとか日中飲まずに過ごしましたが、夕方になるとそこに居もしない友人の声が頭の中に響いてきました。その声は「もう見込みのない人生なんだよ、残念だけど」「早めに終わらせた方がいいと思うよ」「みじめに生きていくつもりなの」と、なだめすかすような調子で説得してきました。私は「いやいや、そうは言っても…」「それはそうだけど、こっちにも準備ってものが…」と口に出して２時間ほど、涙ながらに反論し続けて乗り切りました。それから数時間経った深夜、浅い眠りの中、眩しさで目が覚めました。そして隙間から光の射すカーテンを開けると１００mほど先のアパートの

上に５０m位の葉巻型 UFOが浮いており、音もなくビームの様なモノで住宅街を攻撃していました。とっさに私は、ガラスの風防付き２連速射砲の銃座に上がり反撃を開始し、数時間に及ぶ激戦の果てに UFOを撃退しました。後で思い返してみたら、サッシの窓のふちに体育座りし、アルミの柵を掴み目を血走らせて奇声を発していただけだったようですが。多分、以前観た SF 映画のイメージが頭の中に残っていて、それをおかしくなった脳が勝手に再生していたのだと思います。この数日後、私の様子のおかしさを心配した知人に精神病院へ連れていって貰う事になりました。その後入院は５回を数えました。



このように最終的には、連続での大量飲酒によって、借金を抱え生活も人格も破綻した状態になっていましたが、今では AA に繋がり新しい生き方を続ける事によって、社会復帰をし、家族と暮らしています。結論、何とかなるものですね！（笑）

沖縄地区　首里Ｇ　カンナ

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	9/2 9/9 9/16(土)	鍋島公民館	開　催	9 月は左記の日程で開催します（時間は 19:00～20:00）
大　分	宇　佐	8/1～10/31 毎週(火)	四日市ｺﾐｭﾆﾃｨｰｾﾝﾀｰ	休　止	左記の期間、都合により休止となります。
大　分	ｉＲｉｓ	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	高宮ﾆｭｰﾗｲﾌ	8/23 8/30 (水)	福岡市役所 南区役所　市民センター 福岡市南区塩原 2 丁目 8-2	会場変更	通常会場(ｶﾄﾘｯｸ高宮教会)が使用できないので、左記会場に変更になります。
福　岡	福岡南	9/2(土)～	玉川公民館 福岡市南区向野 1 丁目 3-23	会場変更	9 月より、左記会場に変更になります。
福　岡	浮き輪	9/24(日)	小田部公民館 福岡市早良区小田部 6-6-10	会場変更	9/24 は左記会場に変更になります
福　岡	福岡ｾﾚﾆﾃｨ	9/28(木)	なみきスクエア	中　止	会場都合により中止となります

イベント案内　（地域・地区・グループ）

AA なごみグループ オープン・スピーカーズ・ミーティング　【主　催】　AA なごみグループ

【テーマ】「アルコール依存症からの回復」　～それぞれのスポンサーシップ～
【日　時】 2023 年9月3日(日)　13:00～16:00　（開場は 12:30）
【形　式】 会場とオンラインの併用　（ハイブリット形式）
　○会　場　熊本市男女共同参画センター【はあもにい】4 階会議室　（熊本市中央区黒髪 3 丁目 3-10）
　※定員　50 名まで(先着順・熊本県内の方のみ入場可)
　○オンライン　（ZOOM）ミーティング ID: 848 8469 1174　パスコード: 202393　（開場は 12:45）
【参加費】 無料　【問合せ】 たか　080-6448-9487　Bacchus　070-2332-0646

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 長崎地区 43 周年 秋季・オープンスピーカーズミーティング 【主　催】 AA 長崎地区

【テーマ】「仲間と共に　”飲まないで生きる”」
【日　時】 2023 年10月1日(日)　10:00～15:00
【会　場】 長崎県立総合体育館(アリーナかぶとがに)・大研修室
【参加費】 500円(メンバーのみ)

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(月・祝)　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)

AA 鹿児島地区 オープン・ステップ・ミーティング 2023　【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

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)

AA 女性オープンミーティング 【主催】　AA 福岡地区　北九州女性ミーティング

【テーマ】「集まろう！」　～私たちは一人じゃない～
【日　時】 2023 年11月26日(日)　13:00～15:00
【会　場】 黒崎コムシティ 2階(202号室)　(八幡西生涯学習総合センター　北九州市八幡西区黒崎 3 丁目 15-3)

委 員 会 案 内　(地域内)

AA九州・沖縄地域委員会　(オンライン併用開催)

【日　時】 2023 年 9 月17 日(日)　10:00 ～ 16:00　(入室 9:30～)
【会　場】 火の君文化センター「会議室1,2,3,4」(熊本市南区城南町舞原 394-1)　TEL 0964-28-1800
【オンライン】 ZOOM 使用　　ID : 874　9051　0396　　パスコード: aa2022
(午前)　各分科会　・総務委員会　・広報委員会　・矯正保護施設委員会
(午後)　九州・沖縄地域委員会

AA九州・沖縄セントラルオフィス委員会(ハイブリット開催)　【主催】九州・沖縄セントラルオフィス委員会

【日　時】 2023 年 9 月 17 日(日)　10:00～12:00
【会　場】　火の君文化センター「第4会議室」(熊本市南区城南町舞原 394-1)　TEL 0964-28-1800
【オンライン】 ZOOM 使用　　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
8/20(日)	AA 宮崎地区		AA 宮崎地区 第 28 回 OSM	13,000 円

●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8月度　AA九州・沖縄セントラルオフィス業務日報　集計　7/25 ～8/24

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)	52	7	1	2	5	1	6	1	75
TEL(送信)	9						4	3	16
メール(受信)	51		3		4	3	3	5	69
メール(送信)	38						13		51
Fax(受信)	4					1			5
Fax(送信)									
書簡(受け)	1								1
書簡・書類(送り)	4								4
書籍現金販売									
書籍発送	5					1			6
発送物印刷									
ホームページ更新	44						JSO書籍発注		2
ボランティア	2	来訪者		10			JSO書籍納品		4

＊メッセンジャー登録数＊

2023.8.24 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）、福岡（男性・女性）、佐賀（女性）、大分（男性）、長崎（女性）、大分（男性）、宮崎（男性）、鹿児島（女性）の方々より、「以前 AA 参加していたが、又参加したい。最近の AA グループについて知りたい。」・ご自身の飲酒問題の相談・書籍の注文・AA グループの開催状況について・AA グループについて・書籍の代金の確認・ミーティングの参加方法・AA ミーティングについて。等。

★家族・友人…　宮崎（友人？）より、宮崎 OSM の参加方法について。

☆行政…　福岡（M 保健所）より市の情報誌へのＫＯＣＯの提示について。福岡（I 市福祉相談員）よりＡＡグループへの参加方法。

★医療…　鹿児島（C 病院・医師）よりＫＯＣＯへの来所依頼。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。沖縄（M病院・医師）より名護市にあるＡＡグループについて。鹿児島（S 病院）よりＡＡへの参加方法。等。

☆施設…　鹿児島（A 施設）よりＡＡからの発送物について。

★マスコミ・その他…　ロリポップ（インターネット業者）よりＳＳＬ化について。

●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。

●　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。～