



AA出版物からの贈り物

読んでよかった、この1冊

『AA日本40周年記念誌』を読んで

滋賀県立精神保健福祉センター 保健師 宇野 千賀子

AA 40周年おめでとうございます。「AA日本40周年記念誌」を読ませていただきました。

日本AAが誕生する夜明け前から40周年を迎えるまでの歴史、そしてさらに50周年への思いがぎっしり詰まった記念誌で、日本のAAの歴史・AAの基本理念を改めて、学ばせていただきました。

その中で、歴史を読みながら、文面に何度か「滋賀県」という地名が記載あり、そのたびにそのころの滋賀県で何があったのか、私は何をしていたらと振り返ってみました。

「*AA日本が最初に開催したイベントが、1975年5月、琵琶湖畔でのAAステップラウンドアップだったとのこと。

*1980年 滋賀県でAAがはじまる。

*2002年 第1回広報・病院施設フォーラムが滋賀県近江八幡市で開催。などなど・・・」

2001年～2004年のころ、当時、私は、保健所で精神保健業務を担当し、日々の相談支援の中でアルコール依存症の方のご相談を受けていました。日々の個別の相談では、当事者や家族のアルコール依存症で苦しんでいる状況を聞くだけで、なかなか回復へ歩みが見いだせない時、AAのオープンミーティングに何度か参加させていただきました。そこでは、回復を目指している仲間の話が聞け、経験と力と希望を分かち合うことで、他の人たちの回復する手助けができることを感じ、元気をもらうことができた記憶があります。

昨年からは当センターに勤務するようになり、アディクション (addiction: 嗜癖) 関係の相談を

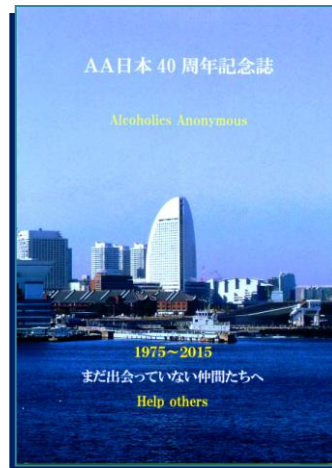
受ける中で、アルコール関連の相談を多く受けます。その時に、回復に必要な条件として、医学的な治療と、自助グループへの参加、病気になった人自身の病気への取り組み、社会の理解と協力、時間がかかることをお話しします。自助グループへ参加し、仲間の中で、正直に飲酒との関係を問い直し、率直に話し、仲間の体験談から学び、病気を理解して、本人と家族の間にできている悪循環を学習し、対応を変化させていく回復の支援を期待しています。AAの存在は、回復への支援には、とても重要で必要なものだと感じています。

また、記念誌の第10章で災害時のAAが述べられています。阪神淡路大震災、東日本大震災・・・大規模

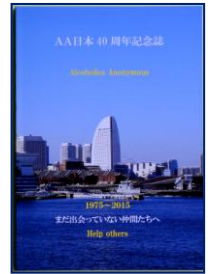
災害の時を思い返すと、被災県からの要請を受けて、神戸、仙台市に派遣され、避難所での支援を行っていたことを思い出しました。不便な避難所生活の中で健康を害される方も多く、医療機関も全く機能できない中でなんとかみんなで助け合って生活しながら、さまざま起きてくる諸問題に日々苦戦しながらの支援でした。同時期に、AA日本もまた、震災直後からミーティングを開催に総力をあげ、メンバーの支援活動をされていたと知り、同じ時を過ごしたものとして、とても心強く感じました。

この記念誌を本当にまだ出会っていない仲間たちへ是非届けたいと思いました。

さらに、50周年に向けて、AAの活動が広がり、1人でも多くの仲間の手助けとなることを、お祈りしています。



フルカラー・A5版127ページ・寄せ書きもできる
1冊1000円の記念誌を愛用・活用しています・・・



『AA日本40周年記念誌』を日々の手引書として

オネスティ唐崎グループ とら

退院時、滋賀にAAがあった・・・

私がアルコールリハビリ治療を受けて、滋賀県立精神保健総合センター(当時)を退院したのは、1993年6月、46歳でした。あと数年の命と感じ、飲まないで死にたいと思ってAAに来たのでした。『AA日本40周年記念誌』を読んで、まず、感じたのは、そのころ滋賀にAAがあったのは、決して当たり前なことではないということです。

考えてみれば、1935年6月に遠くアメリカで誕生したAAが、わずかな歳月の後に、滋賀の片田舎で毎週AAミーティングを開いていたというのは驚くべきことです。

私は、家族や医療スタッフに支えられ、AAで飲まない生き方を教わって、命が救われたと考えていますが、『AA日本40周年記念誌』を読みながら、AAが身近になればどうだっただろうと考えずにはられませんでした。

「記念誌」から得られることなど・・・

記念誌には、日本のAAは、1975年3月誕生とあります。そのころ、私は28歳、AAとは無縁のままに、まあ仕事も順調に、そして、大いに酒量が増えていった時期です。

あれから40年、AA日本は40周年を迎え、数年の命と思っていた私は68歳になってAAメンバーとして飲まないで生きています。自分の人生に引きつけるようにしてAAの歴史を辿(たど)ると、深い感謝の感情が心に満ちてきます。この記念誌を読んで得られるのは、生きる喜びと感謝かもしれません。

AA日本を始めた人たちのこと・・・

記念誌には、日本にAAを運び、AAを始めた恩人ともいえるべき、ミニ神父とピーター神父の姿がエピソードも含めて活写されていて、お二人の息吹に触れるようでした。お二人は、常にミーティングに出ること、アルコールに会い続けること、AAの回復のプログラムに取り組むこと、必要なAAサービスに力を注ぐという、いわば回復の基本と進路とを身をもって示してくださったことがよくわかります。

AA日本のサービス機構のことなど・・・

ゼネラルサービスとローカルサービス、AAサービス機構等についての歴史的経緯・紆余曲折等が分析的に記されています。これは、私たちにとって大切な経験であり、貴重な財産です。

AA書籍の翻訳・出版など・・・

ゼネラルサービスが、『アルコールクス・アノニマス』をはじめ、各種AA書籍を翻訳出版してきた困難と達成には感銘を受けました。『アルコールクス・アノニマス』が全世界で4000万冊以上、日本語版は5万冊以上の普及には、驚きました。

回復のプログラムは、理解と共感がなければ効力を発揮しないといわれますが、書籍の強大な普及は、AA書籍がアルコールリズムからの回復の前提になることをよく示しています。

この記念誌はAA日本の歴史だけでなく、AAの伝統やAA活動の進め方などを紹介しており、また回復のプログラムの基本理念も平明に解説していますから、記念誌の広い普及が、苦しんでいるアルコールクの回復と成長の手助けとなり、医療等関係者の方々にも有効となることでしょう。

震災後のセントラルオフィス・・・

3.11大震災後、東北セントラルオフィスは、金銭による支援を辞退したことが紹介されています。AAの自立を考えさせられ、深い感銘を覚えます。

日本のAA、世界のAA

記念誌で紹介されているとおり、2015年7月2日から、AA80周年記念コンベンションが、ジョージア州アトランタで、65000人の参加で開催されました。この記念誌で特筆されなければならないのは、世界の中の日本のAAという視点が一貫していることです。記念誌は、一人ひとりの回復が世界のアルコールクに希望を示すと指摘し、AAのプログラムが苦しんでいる人々に広く届けられていくなら、日本だけでなく世界に、愛と希望に満ちた無数の回復の連鎖が大きく広がると述べています。同感です。今後、困ることがあれば記念誌に戻り、まとめられた経験を日々の手引書として、回復の道を歩んでいこうと思っています。