

発行：AA九州・沖縄セントラルオフィス

2025年1月号

オフィス便り No.189号



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](mailto:koco@po4.synapse.ne.jp) HP <https://www.aa-koco.com>

## 《オフィスより》

\*いよいよ2024年 年の瀬となりました。オフィスにおいては、今年も皆様からの暖かいご支援ご協力を頂きました。とくに8月末にはオフィスの財政が過去最低まで落ち込み、「救済献金」をお願いした処、多大なご支援が集まり、誠にありがとうございました。

皆様が無事、よい年を迎えられますように心よりお祈り申し上げます

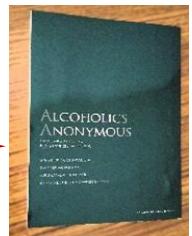
\*今年もまた、AA九州・沖縄セントラルオフィス・メッセンジャー登録のお願いをさせていただきます。

メッセンジャー登録の主旨と登録用紙を先月に同封させてもらっています。

今苦しんでいる仲間の手助けの一役を担っていただければ、大変有り難いです。

前登録してくださった方においても、毎年更新させていただいておりますので、お手数をおかけしますが、再度ご記入していただくようお願いします。

\*アルコホーリクス・アノニマス(改訂第4版ポケット/2,000円)は、KOCOでも既に頒布しておりますので、お買い求めください。



## 「止められない酒」

福岡 [ダイ]

初めてAAに繋がったのは、アルコール専門の精神病院でした。でも、その時の自分はまだ酒を止める事を考えもしませんでした。退院したら飲めるようになれる。まだ、酒をコントロール出来る。と考えてました。院内メッセージやAAグループに参加しても、全く頭に入ってくる事がありませんでした。しかし、酒を止める時にはAAに頼るしかないと、自分の中には有りました。

退院後、やはり飲酒が止まらず、入退院を3回程繰り返し、もうその頃には、自分で酒は止められない！何をやっても無駄なんだろうと思ってました。そんな時、真顔で実姉が私に、まともに本当に生きていきたいか？と聞かれ、私はまともに成りたいと答えました。

そして、ある中間施設に繋がることになりました。それと同時に再びAAにもつながることになりました。それからは、施設とAAとを毎日通うような生活が始まりました。

最初の頃は、どうせ私は、またすぐに飲酒してしまうんだろうと思っていました。でも不思議なことに、飲酒が止まり普通の生活が出来てきました。それから1年過ぎた位から、もう大丈夫、普通に酒を飲める。と思い出し始めその後は、躊躇いもなく飲酒しました。

やっぱり、酒が止まらなくなり十回目の入院をしたのですが、入院中も隠れ飲酒をして問題を起こし飲酒がバレてしまい強制退院となり、その日に別の病院に十一回目の入院。その後は半年間の入院中は飲まずに過ごせ退院し、施設に戻りAA三昧の生活を送ってます。

私は、最初に中間施設に繋がった時が底付きと思ってましたが、十三回目の入院で今度こそ底を付いたと思います。酒に関しては、無力とは理解していますが、施設で教わった自分の意志が無力とまでは、まだまだ抵抗が有ります。まだソーバーが一年ですが何とか飲酒が止まってます。これは、AAの仲間や施設の仲間のお陰なんだなあと感謝しています。

これからも、仲間の力を借りながら酒に頼らないで生きていける様になりたいと思います。

## 『仲間の力』



私は今青森にいます。 出張です。

思えば飲む生き方を手放してから少しずつ社会に戻りました。

仕事もなにもなかった私は派遣からはじめました週に数日から焦らず焦らずでした。

そして今現在は正社員として勤めています。 出張の多い仕事です。 今回は長野県に出張に行き一旦福岡に帰り、また折り返しの青森県です。出張が多いという事は私にとってはいろんな所のミーティング会場に行けるという事でいろんな仲間に会えるという事です。はじめの頃はミーティング探し会場探しからドキドキでしたし、はじめの一歩が重かった気もします。

でも会場の扉を開けると、はじめて会うにある意味よく知ってる仲間がアルコール依存症という共通点を持った仲間が笑顔で迎えてくれます。その仲間の笑顔がたまらなく好きです。

飲んでる頃の末期には誰にも相手にされなず、時にはまるでゴミでも見るような関わってはいけない人になっていました。

そんな私でも迎え入れられて名前を呼んでもらえて居場所をもらえてまた来て下さいとね笑顔で言ってもらえる。

同じ飲まない生き方を選んだ仲間、共通する欠点をなんとか克服していこうとする仲間。そんな仲間と出会いがあり再会があり更に仲間と仲間が繋がってそしてまた笑顔と力を私はもらっています。嘘でも大袈裟でもなく仲間と会えるそれだけで私は幸せです。

追記 「世捨て人」改名依頼が多数あり(笑)、そろそろ改名しようかと考えましたが秋田で出会った仲間と仲良くなり「再会まで覚えておくから名前変えないでね!」の一言・・・やっぱり改名はやめておきます。(笑)

AA 福岡 セレニティ Gr 世捨て人

●九州・沖縄セントラルオフィスでは、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、お気軽に寄せくださいませ。よろしくお願ひします。



### ミーティング会場変更・中止のお知らせ

※こちらの一覧は、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。

※尚各会場へお越しの際は、各自、新型コロナ感染予防対策(マスク着用・手洗い・消毒等)をされてご参加して頂くと幸いです。

2024年(令和6)年12月17日12:00現在

地区	グループ	日 時	ミーティング会場	内 容	備 考
長崎	ざばん	11/11~12/31 (月)(水)(木) (金)(土)	白鳥町公民館・聖三一教会 ・カトリック城山教会 緑ヶ丘地区ふれあいセンター	休 止	グループの事情により、 2024年内は休止となります。
福岡	福岡市 まいづる	12/23(月)	あいれふ8F	中 止	会場都合により中止となります
宮崎	都城	1/14(土)	都城市エコティーザー和室	中 止	会場都合により中止となります
鹿児島	鹿児島 ウェルカム	×12/1 ×12/15 ↓ 12/8 12/22	鹿児島市精神保健福祉 交流センター(はーとぱーく)	日程変更	・12月は第1,3(日)より 第2,4(日)に変更です ・12/22(日)は“-ステ”- MTです
沖縄	な は	12/5~ 毎週(木)	那覇保健所3階多目的室 沖縄県那覇市与儀1-3-21	会場・時間 変更	12月より左記会場へ、時間も 19:00~20:30に変更です。
沖縄	でいご	2025.1月~ 毎週(日)	オンライン・ミーティング	閉 鎖	2025年1月よりグループは 閉鎖となります。

### 新グループ・新会場

※2024年(令和6年) 12月17日12:00現在、新グループ・新会場の情報はありません。

◎最新情報は「ホームページを閲覧」ください。若しくはKOCOへお問合せください。



## イベント案内（地域・地区・グループ）

### 新春フェローシップ 【主催】AAわかくすグループ(佐賀)

【日 時】 1月 13 日(月・祝) 19:00 ~ 20:00  
 【会 場】 唐津都市ミニユナイテッドセンター近くのハンバーガーチェーン店  
 【形 式】 オープン ※ お問合せは たくま(わかくす G) TEL 080-5260-2916 まで



### (速報) ビックブックのわかつ合い 【主催】 AAシンプルグループ

**Easy Dose It**



【テーマ】 ~ 第 7 章 仲間と共に ~  
 【日 時】 2025 年 4 月 26 日(土) ~ 4 月 27 日(日)  
 【場 所】 福岡県立少年自然の家「玄海の家」  
 【定 員】 30 名(要申込)  
 【参加費】 2500 円  
 【受付方法】 シンプルグループ 悠斗 (メール): [zooka.rider.exceed@gmail.com](mailto:zooka.rider.exceed@gmail.com)

### 伝統 LOVE (第5回目) 「ワークショップ——AAグループ」 主催: AAウォームスグループ

【場 所】 まなびのやど福岡 TEL 092-504-9151 福岡県大野城市大字乙金(おとがね)8-1  
 【日 時】 2025年 5 月 24 日(土)~25 日(日) <https://www.fukuoka-interaction.jp/>  
 【参加費】 ¥6,500 会場費・宿泊・食費<夜, 朝> ◎含・資料¥550 ◎昼食代は別途(¥720)  
 【用意品】 タオル・歯磨セット・シャンプー・寝間着・スリッパ(部屋用) 注) 宿泊室は 2 名 / 1 室になります  
 【申込期限】 2025 年 3 月 末 定員 — 40 名 (定員になり次第締切)  
 【駐車場】 無 料 ~ 200 台 (7:00~22:30) : バス・タクシー <検索ください> ⇒ まなびのやど福岡  
 【アクセス】 : 九州自動車道 ⇒ 「太宰府 IC より 10 分」 : 福岡都市高速道路「大野城出入口より 15 分」  
 【連絡係】 「SHOW」(ウォームス G) e メール [show3@ninus.ocn.ne.jp](mailto:show3@ninus.ocn.ne.jp) 090-3196-8410

### 委員会案内(地域内)

※日ごとに変化があります。

※新着情報は「ホームページ」を閲覧ください。

若しくは KOCO へお問合せください。

### 2025 年 第 30 回 AA 日本評議会 「議題読み合せ」

【日 時】 2025 年 1 月 19 日(日) 10:00~16:00  
 【会 場】 火の君総合文化センター 学習室 1 (熊本市南区城南町舞原 394-1)  
 【開催形式】ハイブリット開催 オンライン(ZOOM を使用) ID: 811 7921 9655 パスコード aa2024  
 ※遠方で、またもろもろの事情で直接開場に来られない仲間も一緒にわかつ合っていただきたいため。  
 ※オブザーバー参加を歓迎いたします。

### ◇九州・沖縄セントラルオフィス委員会

※1月の、オフィス委員会開催日は、12/17 現在未定です。



### 年末年始の特別ミーティング・イベント・フェローシップ (地域・地・グループ)

※2024 年～2025 年 年末年始(12/25～1/5)ミーティング情報につきましては、  
 別紙「AA九州・沖縄地域 2024～2025 年年末年始ミーティング情報一覧」  
 又は、ホームページ「年末年始ミーティング情報」をご覧ください。  
 ※2024 年～2025 年 年末年始(12/25～1/5)の特別ミーティング・イベント・フェローシップ  
 情報は、本誌 3～4 面又はホームページ「年末年始の特別ミーティング・イベント・フェローシップ 情報」をご覧ください

#### \*クリスマスミーティング (オーフン形式)

【主 催】 : AA福岡中央グループ(福岡地区)  
 【日 時】 2024 年 12 月 25 日(水) 18:55 ~ 20:25  
 【会 場】 ふくふくプラザ (福岡市中央区荒戸 3-3-9)  
 ※ クリスマスプレゼント交換を行いますので、300 円前後のプレゼントをご持参ください。



#### \*元旦ミーティング (オーフン形式)

【主 催】 : AAフェニックスグループ(宮崎地区)  
 【日 時】 2025 年 1 月 1 日(水) 19:00 ~ 20:30  
 【会 場】 南宮崎カトリック教会内 1F ホール (宮崎市恒久南 1-11-1)



#### \*新春特別ミーティング (オーフン形式)

【主 催】 : AA福岡グレイスグループ(福岡地区)  
 【テマ】 もう一度生きる ~あの時を忘れない~  
 【日 時】 2025 年 1 月 3 日(金) 14:00 ~ 16:00  
 【会 場】 カトリック小倉教会 (北九州市小倉北区香春口 1-3-1)

## \* 令和 7 年沖縄地区迎春の集い

**【主 催】** : AA沖縄地区  
**【日 時】** 令和7(2025)年1月2日(木) 14:00 ~19:00  
**【会 場】** カトリック首里教会 信徒会館 (那覇市首里崎山町 4-60)  
 (※首里グループのミーティング会場と同じ。HPの会場案内図参照)  
**【テーマ】** 新しい生き方  
**【参加費】** 無 料  
 ※申し込み不要 どなたでも参加いただけます。  
 食事を希望の方は、別途¥500で軽食を提供します。



- 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20日」とさせていただいております。連絡もれ等がありませんように、よろしくお願ひします。
- 「醉属ニュース」のデータをご用命の方は、オフィスまでお尋ねください。

### イベント書籍頒布報告

●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](mailto:aa_jso@yahoo.co.jp) をご覧ください。

日 時	地 区	グ ループ	イ べ ン ト 名	書籍販売額
11/3 (日)	AA 福岡地区		セルフヘルプフォーラム 2024in 北九州	13,900 円
11/23 (土)	AA 佐賀地区		佐賀アディクションフォーラム	7,860 円

2024年12月度 AA九州・沖縄セントラルオフィス業務日報 集計 11/21 ~ 12/16									
内 容	メンバ	当 事 者	家 族・友 人	行 政	医 療	施 設・学 校	JSO/他OO	マスコミ・他	計
TEL(受信)	34	7		2		1	7	1	52
TEL(送信)	4		1				5	1	11
メール(受信)	63					4	2	1	70
メール(送信)	48					2			50
Fax(受信)	19			1					20
Fax(送信)									
書簡(受け)	1		1						2
書簡・書類(送り)	1								1
書籍現金販売	4								4
書籍発送	10	1							11
発送物印刷	10								10
ホームページ更新	46						JSO書籍発注		2
ボランティア	2	来訪者	1				JSO書籍納品		3

\* メッセンジャー登録数 \*

2024.12.16 現在	
地 区	メ ッ セ ヌ ジ ジ ェ ィ ザ
福 岡	11
佐 賀	2
長 崎	
大 分	3
熊 本	6
宮 崎	6
鹿 児 島	1
沖 縄	1
計	30

※年度ごとに登録、更新します。  
2023.7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… 福岡(男性・女性)、宮崎(男性・女性)、長崎(女性)、東京(女性)の方々より、ご自身のアルコール問題相談・書籍の注文・AA グループのミーティングについて・AA グループへの参加方法・ご自身のアルコール問題経過報告。等。
- ★行 政… 鹿児島(S センター)より家族会の情報を知りたい。熊本(M 保健所)より鹿児島県の AA グループ、及び AA について。
- ☆施設・学校… 鹿児島(A 施設)よりオンラインミーティングについて。
- ★マスコミ・その他… 光回線業者より、現在の使用状況について。



### ♥私のソブラエティと、今苦しんでいるアルコホーリクのために!

#### ●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

\*毎月の発送物に同封している「払込取扱票」(セントラルオフィス用と記載あり)を使用してください。

それ以外の場合は、ゆうちょ銀行にある「払込取扱票」(青色)を使用して、以下をご記入ください。

◆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:①振込内容(献金の種別・又は書籍代等)・②地区・グループ名又はお名前(AA ネーム)③金額

◆ご依頼人欄に住所・氏名・お電話番号

\*またゆうちょダイレクトからのお振込も可能です。不明点がございましたら、KOCOまでお問い合わせください。

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