

酔属ニュース

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メール：koco@po4.synapse.ne.jp
ホームページ：<https://www.aa-koco.com>

《オフィスより》



※お待たせいたしました。九州・沖縄セントラルオフィスのホームページが12月20日ごろ、リニューアルされます！

新しいホームページは、見やすく、使いやすくなっていると思いますが、慣れるまでは少々、ご不便をおかけするかもしれませんが、どうぞよろしくお願いいたします。

※今回の発送物に、『年末年始のミーティング会場変更・中止』及び「特別ミーティング、イベント、フェロシップ」の届け原稿の用紙を同封させていただきます。そちらへご記入してオフィスの方へ郵送、FAX 又はメールで届けてくださいますようお願いいたします。(締切は12月18日(木)です。) 届いた順にホームページへの掲載もさせていただきます。なお、1月号の発送は12月22日(月)を予定しております。

※「2026 年(令和8年)度代議員登録届け」を今回同封します。登録は毎年ごとに更新させていただいておりますので、代議員(又は連絡員)の変更のないグループにつきましても、提出のご協力をよろしくお願いいたします。

※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も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今回同封しますので、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。

※10月1日より「2026 年カレンダー手帳」をオフィスにて頒布しております。一部300円です。



仲間の投稿：テーマ～AAを信じる

AAに繋がって12年が経ちました。自身のアルコール問題、そして感情の問題と向き合い続けた今では、自分が20歳過ぎから肉体も精神もアルコールに渴望していたことがよみがえります。

最後の連続飲酒の時、飲んでないと身震いするほどの恐怖に襲われる状態に陥り完全に酒が止まらなくなった私は、「どうにかしなきゃいけない」と最初の底つきで専門病院に入院する決意をしました。あのタイミングでAAと出会わなかったら自分は酒をやめられなかっただろう、と確信めいたものがあります。もしあそこでAAの院内ミーティングが開かれてなかったら、メッセージを運んでくれた仲間がいなかったら・・・と。

入院中から毎日AA、退院してからも毎日AAでした。私の場合、お酒をやめたい一心よりも自分を受け入れて欲しくて、自分の居場所を求めてミーティングに通い続けました。それでも飲まずにすることがあまりにも簡単だったので、「飲んでまたAAですぐにやめればいいじゃん」と思ったことが何度もあります。つい最近も。

それくらいAAの効果を信じているわけなんです。仲間関係には随分と苦しみました。ミーティングで自分より後から話す仲間のスピーチを聞いて、自分の話に被され否定されているように感じ随分と葛藤しました。仲間に誘われ喜んで食事をしてる時、「シュウさんは頭が良すぎるんだよ。AAは俺達みたいに馬鹿じ

やないとダメなんだよ」と言われ大きなショックを受けたこともあります。その他いろいろあって仲間への不信感や嫌悪感、疎外感に行き場を失いそうになった時、別の仲間に相談して言われたのが「AAを信じていれば大丈夫」でした。その時はまだAAが何なのか、AAをどう信じていいのか分からず、ひたすらミーティング通いと普段会えない離れた仲間への電話やメール相談を続けました。その結果、「AAて目の前だけの狭い世界じゃないんだ。離れたところにも気の合う仲間や心から信頼できる仲間がいるじゃないか」とそんな信じ方も生まれました。「AAの仲間との絆って不思議なくらい強いんだよ」と、親しくしているノンアルコールの職場の後輩にも話しています。

あとは何と言ってもAAのステップです。私はスポンサーと一緒に12ステップを熱心にやったわけではありませんが、AAの書籍を頼りに棚卸しや祈りと黙想を日常に取り入れることにより自身の内面的な問題を解決できるようになりました。完全解決とゆうわけではなく日々改善といった感じなんですけれど、精神的な安定感が生まれてきました。特に環境の変化があったわけでもなく心の平和や安らぎも得られるようになりました。もっともっと穏やかに、そして力強く生きたいです。生かされると思いますので、これからもAAを信じてアルコール無しで生きていきます。

宮崎地区、西都グループ シュウ



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おります。

テーマは自由です。

- 今、メッセージしたいこと、グループや地区の紹介、個人やサービス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、お気軽にお寄せ下さいませ。
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、12月15日(月)」となります。

連絡もれ等がありませんように、よろしくお願いします。

「酔属ニュース」のデータご用命の方は、セントラルオフィスまでお尋ねください。



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。

※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。

2025年（令和7）年11月21日16:00現在

地 区	グループ	日 時	ミーティング会場	内 容	備 考
大 分	わさだ	12/7 (日)	南大分公民館	中 止	会場都合により中止となります
大 分	女性 ミーティ ング	1/10 1/24 (土)	ホルトホール大分	日にち 変更	会場の都合により、1月は、第1, 3(土)から、第2, 4(土)に変更となります
福 岡	福岡 セレニティ	12/26 ～	なみきスクエア	閉 鎖	12/25(木)をもって閉鎖となります
福 岡	福岡デｲﾞー	12/6 12/13 1/24 (土)	なみきスクエア	中 止	会場都合により中止となります
福 岡	浮き輪	11/30 (日)	小田部公民館	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	12/24 (水)	福岡市立南市民センター 1F 第5会議室 福岡市南区塩原2-8-2	会場変 更	左記会場に変更して、クリスマスミーティングを開催 19:00～20:30(開場 18:30)
鹿児島	鹿児島 ウェルカム	12/21 (日)	はーとぱーく (鹿児島市精神保健福祉 交流センター)	内容変 更	バースディ MT を開催します

新グループ・新会場

今月はありません。



イベント案内(地域・地区・グループ)

福岡グレイスグループ 38周年「クリスマスタイム 2025」AA オープンミーティング

【主 催】AA福岡グレイスグループ

【テ ー マ】AAの生き方 ～良く生きるよろこびと感謝～

【日 時】2025年12月14日(日) 10:00～16:30

10:00～12:00 映画鑑賞 13:00～16:30 AA オープンミーティング

【場 所】行橋公民館（行橋市西宮市2丁目1番7号）0930-22-2296



AA九州・沖縄地域 矯正・保護施設メッセージフォーラム【主催】AA九州・沖縄地域 矯正・保護施設委員会

【テーマ】「アルコール依存症からの回復 ～希望～」

【日時】令和7年12月16日(火)13:00～16:00

【場所】カクイックス交流センター(かごしま県民交流センター 鹿児島市山下町14番50号)

【開催形態】オンライン視聴可 ZOOM 使用 ID: 810 9907 5332 パスコード: khmf2025

AA小倉キーグループクリスマスミーティング【主催】AA小倉キーグループ

【テーマ】クリスマスミーティング(会食+テーマM)

【日時】2025年12月21日(日)18:00～20:30

18:00～19:00 フェローシップ 19:00～20:30 ミーティング

【会場】北九州市立男女共同参画センター・ムーブ4F 料理室(福岡県北九州市小倉北区大手町11番4号)

【参加費】無料 ※参加申し込み不要

**STEP UP****《速報》「AAわかすグループ20周年ミーティング」**【主催】AAわかすグループ

【日時】2026年2月7日(土)13時～

【場所】唐津都市コミュニティセンター(佐賀県唐津市和多田海士3-8)

《速報》「サービスのわかち合い」【主催】AA福岡中央グループ

【日時】2026年2月28日(土)～3月1日(日)

【場所】北九州市立玄海青年の家(福岡県北九州市若松区大字竹並126-2)

【参加費】3,500円

【参加人数】30名

イベント案内(全国・他地域・その他)**第2回西日本圏ゼネラルサービスフォーラム**【主催】AA日本常任理事会

【テーマ】『Keep coming back ～A.A.からのメッセージ～』

【日時】2025年12月20日(土)、21日(日)

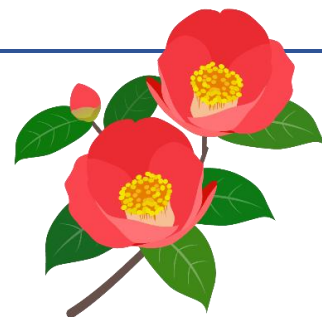
【場所】岡山県生涯学習センター(岡山県岡山市北区伊島町3丁目1番1号)

【開催形態】※オンライン(Zoom)でも参加できます

ミーティング ID: 825 1341 0587 パスコード: 2025gsf

【開催地域】中四国 協力地域:関西・九州沖縄

※ 詳細は、後日チラシにて掲示します。



※2025年～2026年 年末年始(12/25～1/5)ミーティング情報につきましては、[ホームページ「年末年始ミーティング情報」](#)又は(次回同封の)別紙「[AA九州・沖縄地域 2023～2024 年末年始ミーティング情報一覧](#)」をご覧ください。
 ※2025年～2026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 P3 又は[ホームページ「年末年始イベント情報」](#)をご覧ください。

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・地区・グループ)**★ 年末ミーティング**【主催】AAシンプルグループ(福岡)

【日時】12月27日(土)

17:00～19:00 豚汁を食べながらフェローシップ(1曲だけギター演奏予定)

19:00～20:30 キャンドルミーティング

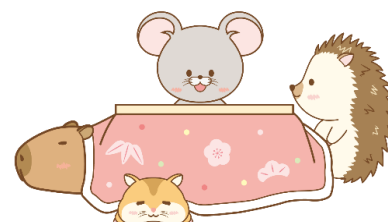
【会場】吉塚カトリック教会(福岡市博多区吉塚2-5-31)

【参加費】無料

☆ 正月ミーティング【主催】AA鹿児島ウェルカムグループ(鹿児島)

【日時】1月4日(日)15:00～16:30

【会場】谷山病院内 支援センター ひだまり 2F(鹿児島市小原町8-1)



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 www.aajapan.org をご覧ください。

日 時	地 区	グループ	イベント名	書籍販売額
10/19(日)	AA 佐賀地区		佐賀アディクションフォーラム	5,500円
11/3(月・祝)	AA 福岡地区		セルフヘルプフォーラム 2025 in 北九州	22,800円



2025年11月度 AA九州・沖縄セントラルオフィス業務日報 集計 10/21～11/20

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	* メッセンジャー登録数 *
TEL(受信)	45	6	5		1	2	3	2	64	2025.11.20 現在
TEL(送信)	9						5	2	16	地 区
メール(受信)	60					4	4	2	70	福 岡
メール(送信)	42					3			45	佐 賀
Fax(受信)	4		4			2		2	12	長 崎
Fax(送信)							1		1	大 分
書簡(受け)	3						1	1	5	熊 本
書簡・書類(送り)	6		5						11	宮 崎
書籍現金販売	7								7	鹿 児 島
書籍発送	12	2	6			1			21	沖 縄
発送物印刷	10								10	計
ホームページ更新	35						JSO書籍発注		2	※年度ごと(1月～12月)に登録、更新します。
ボランティア	3	来訪者		6			JSO書籍納品		6	

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)、長崎(男性・女性) AA ミーティングへの参加のしかた・「入院中ですが、オンライン MT へ参加したい。どうすればいいか?」・ご自身の飲酒問題相談・長崎地区の AA への参加のしかた。等。

★家族・友人… 今回もギャンブル依存症の家族の方より、書籍のご注文を多く頂きました。宮崎(妻)より福岡在住の息子のアルコール問題についての相談。宮崎(家族)より書籍の注文における誤りについて。等。

☆医療… 鹿児島(M病院・PSW)より鹿児島地区の AA メッセージについて。

★施設・学校… 福岡(F施設)より書籍の注文。等。

☆マスコミ・その他… 沖縄(r新聞社)より イベント記事の掲載について。S生命保険会社より火災保険更新について。

私のソブリエティと、今苦しんでいるアルコールクのために!

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 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～