

アルコールクス・アノニマス（AA）とは

AAとは、さまざまな職業・社会層に属している人たちが、アルコールを飲まない生き方を手にし、それを続けていくために自由意志で参加している世界的な団体です。AAのメンバーになるために必要なことは、飲酒をやめたいという願いだけです。会費や料金は必要ありません。

メンバーやグループの数は

現在、およそ180以上の国と地域に10万以上のグループが存在し、メンバー数は200万人以上です。（日本には600以上のグループが存在し、メンバー数は5700人以上と推定されています）

外部の機関との関係は

AAは、アルコールリズム（アルコール依存症）の問題にかかわる他の団体と「協力はするが、帰属はしない」という方針を採っています。私たちは外部の問題には意見を持たず、支持も反対もしません。

AAはどのようにして維持されているのか

長い年月をかけて、AAは財政面で完全に自立するという伝統を確認し、強固なものとしてきました。メンバー以外からは、寄付を求めることも受け取ることもしていません。日本では、AAメンバー個人からの献金は年間で30万円までとしています。

AAメンバーはどのようにして飲まない生き方を続けているのか

AAはアルコールを完全にやめるためのプログラムです。今日一日、ともかく最初の一杯に手をつけない、メンバーはこのことを心がけています。そして飲まない生き方を続けるために、AAミーティングで経験と力と希望を分かち合い、さらにアルコールリズムから回復するために提案された12のステップを実行しています。

なぜアルコールクス・アノニマスは「無名（アノニマス）」なのか

AAのメンバーが無名であることは、AAのスピリチュアルな基礎（精神的基盤）です。AAが個人ではなく原理によって自律しているのは、無名性によって導かれているからです。AAのなかには上下関係はありません。私たちは、プログラムに参加する個々の人ではなく、AAの回復のプログラムを広く知ってもらおうと努めています。新聞・テレビなど公共のメディアでの無名性は、全てのAAメンバーに対して、特に新しくAAに来た人たちに対して保証されており、メンバーの氏名が一般に公表されることはありません。

だれでもAAのオープン・ミーティングに参加できます

AAのオープン・ミーティングにはだれでも参加できます。このミーティングでは、通常、司会者と2～3人のメンバーが自分のアルコールリズムとAAでの回復に関する話をし、経験を分かち合っています。またAAを、アルコールクス（アルコール依存症者）でない一般の人た

ちに知っていただく目的で開く特別なミーティングもあります。ここには医療関係者、聖職者、行政関係者が招かれます。これに対して、クローズド・ディスカッション・ミーティングはアルコールクスだけが参加できるものです。

どのようにしてAAは始まったのか

AAは、1935年にニューヨークの株式仲買人とオハイオの外科医によって始められました。（二人とも故人となっています）当時の二人はまったく見込みのない酔っぱらいでした。彼らは、アルコールリズムという病で苦しんでいる人たちを手助けし、自分たち自身が飲まないで生きる努力をするなかで、AAの基礎を築きました。AAの発展は自律的なグループの形成から始まりました。最初はアメリカのなかに、今では全世界に広がっています。

あなたの地域でAAを見つけるには

このパンフレットに、全国7ヵ所のセントラル・オフィスとAA日本事務所の電話／ファックス番号が掲載されています。またホームページにアクセスすると、ミーティング会場の案内も入手できます。ぜひご利用ください。（*英語原文：電話帳でアルコールクス・アノニマスを見つけてください。ほとんどの都市に、セントラル・オフィスかボランティアのAAメンバーによるインターグループがあり、問い合わせに対応しています。また、あなたと連絡の取れるメンバーを紹介することもできます）