

# 酒飲まない生き方語る

## 自助グループ「AA」沖縄 体験や思い発表

「私たちは酒を飲む以外のことなら何でもできる」。アルコール依存症からの回復を目指す自助グループ「AA」(アルコホーリクス・アノニマス)沖縄地区が13日、一般向けのオープン・スピーカーズ・ミーティングを南風原町の県立総合精神保健福祉センターで開いた。メンバーらが次々に登壇して「酒を飲まない生き方」について体験や思いを発表した。県外を含む100人余りが参加した。



「酒を飲まない生き方」を体験を通して分かち合ったAA沖縄地区のオープン・スピーカーズ・ミーティング=13日、南風原町・県立総合精神保健福祉センター

「オープン」は、AAの活動を多くの人に知ってもらおうと、通常メンバーだけで行っているミーティングの参加を広く一般に募

り、年1度開いている。登壇した県外AAメンバーの男性は、酒を飲んでい

た時、母親から「家族のこゝろを思ふならわたしたちの目の届かないところで死んでくれ」と言われるほどの厄介者だった。AAに参加して、自身のことを振り返り、家族にとりだけ迷惑を

かけていたかに気づかされたという。

また「どうしようもなかった自分がAAにながって、20年酒をやめられている。会社を持つこともできた。AAメンバーは酒を飲むこと以外なら何でもできる」と、酒をやめて変わった自身の体験を語った。

県内の男性は自分の性格を、きまじめ、コミュニケーションが高いと分析した上で「人にこう見られたいという思いが強く、酒を飲んで

大口をたいたが、現実を追いついていなかった。自分は酒に精神的に依存していた」とふり返った。AAに参加して3年酒をやめているといい、「やっとしらふでこういう場で話せるようになった。沖縄の社会から酒害がなくなるよう、自分の経験が少しでも役に立てば」と語った。

琉球病院アルコール担当精神科医長の大鶴卓さんが、医療の立場から講話。ある調査で、総合病院を受診した男性の4割に問題飲

酒がみられたり、飲酒運転で検挙された人の中にアルコール依存症を疑われる人が多く存在するなど、県内の実態を説明。問題解決には、依存症を念頭に置いた取り組みが必要だと述べた。