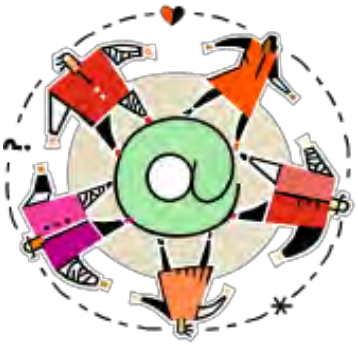
NAGANO ピアサポだより



第１２号
発行年月日: ２０１６年1月8日（金）
発　　行：長野県ピアサポートネットワーク
事　務　局：長野県長野市若里７－１－７
長野県社会福祉総合センター２階　NPO法人ポプラの会事務局内
発行責任者：代表　大堀尚美
Tel: 026-228-3344　Fax: 026-224-3777
アドレス：nagano.peer-support@kind.ocn.ne.jp

年頭のご挨拶　　**長野県ピアサポートネットワーク 代表　大堀 尚美**

新年明けましておめでとうございます。長野県ピアサポートネットワークは今年も当事者団体として、ピアサポートの推進と精神障がい者に対する理解が広がるよう体験談を含めた普及啓発に力を入れます。昨年から障害年金の取り消しや支給停止、生活保護費の切り下げ、介護報酬の切り下げ等、地域生活の地盤を揺るがしかねない施策が打ち出されています。今年は 2014 年に国が受け入れた障害者権利条約の見直しの年であり、私たちも他の関係機関や団体と共に署名や請願、提言をし、基本的人権や生活の保障を求めていこうと思います。

精神科病棟問題等に対しても当事者団体として地域移行推進の為の施策を提言していきます。

それぞれの希望や願いをもちつつ、当事者として皆で力を併せて発信してかなければと強く思う年の初めです。障がいあっても「この国で、この地域で暮らしていて良かった」と思えることを大切に守っていきたいですね。

平成２７年度ピアサポート研修が開催される

平成 27 年 11 月 8 日（日）、長野市生涯学習センターにて、ピアサポート研修（共催　せいしれん、後援　長野県精神保健福祉センター）が開催されました。この研修は、長野県障がい者支え合い活動支援事業による研修会となっており、当事者支援員（ピアサポーター）をされている方、これからしてみたい方、ピアを支援している方など、60 名を越える方々に受講していただきました。

研修は、前半をシンポジウムとし、当事者支援員としての活動を発表していただき、後半は、各グループに分かれて「ピアとしての思い」や「ピアサポートの経験」を分かち合い、研修を通して日ごろの思いや課題や今後の希望についての情報交換などを行いながら、実践に活かしていただけるよう毎回工夫しながら開催させていただいています。

《シンポジウム》「ピアサポーターとしての実践」「思いとこれからの抱負」をテーマに、NPO 法人颸埜扉（しのひ）地域活動支援センター所長（埼玉県所沢市）の古関俊彦（こせきとしひこ）さん、地域活動支援センターもくせい舎ゆい施設長（千葉県習志野市）の眞嶋栄（まじまあきら）さん、心を支える仲間作りの会さくら代表（長野県宮田村）の大石智之（おおいしともゆき）さん、NPO 法人ポプラの会副会長・長野県ピアサポートネットワーク事務局長の穂苅由香里（ほかりゆかり）さんをシンポジストに、コーディネーターに、せいしれん会長の中村美恵子（なかむらみえこ）さんをお迎えし、普段実践されていることなどをお話しいただきました。自己紹介では「今年を漢字一文字で表すと何になるか？」というお題も出され、古関さんは、ピアサポータとして依頼を受けて自分だけではなく利用者さんともお話しする機会が多いということで「話」を選ばれていました。ほかに眞嶋さんは「傾聴」、大石さんは「声」、穂苅さんは「晴」、中村さんは「占」を選ばれていました。

古関さんは希望的な話、自分の得た経験として、「発症から入院、保健所のデイケアに通っていたが、作業所で人生を完結させたくない福祉の仕事をしたかったという思いから、クローズで大きな病院の施設にて就労していたが、職場で得たものが自信になる。小さな成功体験をコツコツしていたことが今役立っている。」「薬を飲まなかったことによる大きな再発経験を経たことで、薬の服用の大切さを、飲みたくないという気持ちを分かち合ったうえで、利用者さんに伝えている。」とお話しいただきました。眞嶋さんはピアスタッフになったきっかけとして、「ピアスタッフを見て、将来働きたいと思い、現在の職場のピアスタッフの募集時に応募をした。」とのことで「初めての仕事はグループワークだった。就職して 6 年目に施設長に就任した。メンバーが笑って帰ってくれること

がうれしい。利用者からカラオケなどに誘われた際は最初は全部参加していたが、現在は3回に1回は断るようにして、ピアとして相談を受けるときは距離を取ってはいるが、仲良くなることは大切。」とお話しいただきました。大石さんは、「当時の会の代表の方の実践現場を見てきたことが、今の活動に繋がっている。」とし、また全国的に少ない障がい者地方議員としての経験で、平成 27 年度の宮田村の予算において、障がい者の声を聴かずに行政が勝手に制度改悪を行おうとしたことを問題とし、「障がい者はもっと声を挙げ、怒らないといけない、そういったことの支援をしたい。」とお話しいただきました。穂苅さんは、「作業所の所長に当事者会へ誘われ、それが転機となった。地域活動支援センターそのものがピアである。スタッフ同士もピアサポートし合っている。医療専門職との違いは双方向的であり、そこから支え合いが生まれる。自己肯定感を得られる。ピアサポーターをすることで自分のリカバリーを見つける。ピアサポートそのものの過程がリカバリーの過程そのものであるが、双方の距離感が近すぎて悩むことも。また当事者の代弁、アドボカシ―、要望活動が不可欠だ。」とお話しいただきました。コーディネーターの中村さんより、「相手にどう思われているか気になるか」との質問がされ、穂苅さんは、「すごく気になる、対等といっても対等ではない。自分の立ち位置が難しい。上から目線は絶対にいけない。」と話され、古関さんも「対等ではないと思う。ある程度の線引きも必要。」と話されました。眞島さんは「スタッフらしくないとよく言われる（笑）。」「スーパーバイザーの先生に相談することも。セルフヘルプのファシリテーターのつもりでやっている。」と話され、大石さんも「上から目線はだめ。人には尊厳があるので、そこを大切にしていきたい。」と話され、中村さんからも「その人を尊重することが大切ですね。」とまとめていただきました。ピアサポートの素晴らしさと難しさが同時進行する現場を参加者のみなさまに知っていただけたのではないかと思います。

《後半・グループワーク》「ピアサポートとは何だろう」「ピアスタッフとしての距離感」「ピアサポートへの思い」などが話し合われました。ピアサポーターをされている方は、「自分で抱え込んでしまい行き詰ってしまうが、どこに相談すればよいか。」といった、ピアサポーターなら誰もがぶつかる壁に関する切実な悩みを話されている方もいらっしゃいました。また、シンポジウムでも行政がピアサポーターのことを知らない、信用されていないということも出されましたが、「実情として厳しい面があり、職業として行う上での課題である。」とお話しされた方もいらっしゃいました。

参加者全員が地域へ帰ったあとに、今回の研修をもとに「今後どのように実践していけばいいのか」という不安を少しでも解消していかれればと思います。また地域で活動するピアサポーターが増えていってほしい、行政はもっと後押しをしてほしいとも感じた一日でした。私たちは今後も研修等を通じて、ピアサポートの輪を広げていきます。

シンポジスト、コーディネーターをはじめ、ご参加いただきましたみなさまに感謝します。ありがとうございました。

《アンケートから》

- ピアサポーターを目指しているので、貴重なお話の中、きっかけや、なるにあたって大切な事を知ることができ、たいへんためになった。（30 代女性・当事者）
- もっとピアサポートの勉強をして、将来ピアサポーターになりたい。（20 代女性・当事者）
- 相談者との距離感など、ピアサポーターをする上で大切な話が出てよかった。（50 代女性・当事者）
- ピアサポート（長野県ピアサポートネットワーク）に触れてみて、新しい生き方の一つだと感じ、こんな自分にもできそうな気がした。（20 代男性・当事者）
- 当事者同士だから共感できる部分が多い。当事者だからこそという面が活かせたら自分自身のリカバリーにつながると思った。（40 代男性・当事者）
- シンポジストの方々が、周りの人に支えられながらピアサポーターとして活動されている様子がよくわかった。（40 代男性・当事者）
- シンポジウムでおのおのの体験を詳しく話していただき、つらい思いをされたからこそ、今の生活やピアの大切さを感じておられることがよくわかった。（20 代男性・支援者）