午後はパネルディスカッションを行いました。藤井氏をファシリテーターに、5人のパネリストにご登壇いただきました。それぞれの方々に、障がいと生活のしづらさにどう向き合っているかを語っていただきました。「やりたいという目的意識、やろうとする覚悟から願いの強さが生まれる。（石田勝氏　ピアサポーター・ハートラインまつもと・長野県ピアサポートネットワーク役員）」「子育ての際失明していたことで自力では家から一歩も出られなくなってしまったが、盲導犬を持ちとにかく動いた。（広瀬里枝子氏　ピアカウンセラー・上小地域障害者自立生活支援センター・ウィング）」「育成会で出会ったお母さん方と、障がいを持つ母親同士でなければわからないことを情報交換してきた。（宮尾千恵子氏　家族・長野市手をつなぐ育成会）」「医療現場ではピアサポートはあまり身近なものではない。病院にピアサポートという風穴を開けたい。（三浦典子氏　看護師・保健師・長野県こころの医療センター駒ケ根）」「当事者自らが問題意識を持って活動していきたい。（大堀尚美氏　長野県ピアサポートネットワーク代表・NPO法人ポプラの会副会長事務局長）」

それぞれのパネリストに対して、藤井氏からひとりひとりへ思いのこもった言葉が贈られました。石田氏「願う力」、広沢氏「伝えながら運動する」、宮尾氏「障がいがある当事者同士の情報交換」、三浦氏「なんでもやるぞ！保健師さん」、大堀氏「取り戻している青春」、いずれも印象深い言葉でした。最後に藤井氏より長野県ピアサポートネットワークの皆さんへ「集まろう」「繋がろう」「伝えよう」「動こう」「続けよう」というメッセージをいただきました。困ったことがあったら、2人でも、3人でも集まりましょう。そこから仲間（＝ピア）が繋がっていくことと思います。

たくさんの元気と勇気をいただいた研修でした。

アンケートより

★障害者権利条約のすばらしさ。条約を導きの糸として地域での生活をつくっていくことの展望（希望）を持つことができました。（男性・６０代以上・家族）★とても深くて、学びきれない程でした。パネリストの方や藤井先生のお人柄にひかれました。（女性・３０代・当事者）★障害者権利条約というものの存在を知る事が出来、非常に参考になりました。この条約は、是非とも世の中に浸透させていくべきだと思います。私自身、友人に白い目で見られる事もあったので、やはり草の根レベルまで障がい者差別反対の声は届いていないと思います。障がい者と健常者の垣根が無くなります様に。（男性・３０代・当事者）★優生思想は気付けば“当たり前“になっている現代社会。そこに流されることなく立ち向かえる力をつけていきたいと思いました。（女性・３０代・支援者）★権利条約の条文を見て涙が出ました。私が年をとる頃には、こんな社会になってほしい。（女性・３０代・当事者）★障害者権利条約の中身だけではなく、誕生の過程などについても大変分りやすくお話いただきありがとうございました。やまゆり園だけでなく、ナチス時代からの障がい者をめぐる経過についても学ぶことばかりでした。

この条約の

この条約の理解を深め、障がいのある方々に接する者の一人として、広く議論や学習をしていきたいと思いました。（男性・３０代・関係諸機関）★権利条約がこれからの日本に根付くために、何が出来るのかをまずはよく考えてみたいです。今日から仲間と考えていきます（男性・４０代・支援者）。★元気をいただきました。まわりに対しても、もやもやしたものを、ふっきりたいと！でも、まずは自分の事だと、気づき、また一歩ずつ進んでいければと思います。（女性・６０歳以上・支援者）★これから支援者として働きます。今回の研修会を通して、様々な立場の方が一つの星になってよりよい社会になったらいいなと思いました。当事者の方がその人らしく生きていけるよう陰ながら支援できるような気持ちを持ち続けられるように、ものさしをしっかり持ちたいと思いました。このような機会に出会えたことに感謝いたします。（女性・２０代・支援者）★権利条約のお話は何度聞いても、新しい発見があります。自分の中でしっかりかみしめ、他の人に伝えていきたいと思います。パネリストの方、一人ひとりのお話もとても大変なお話でした。（男性・２０代・支援者）★夫がアスペルガー症候群で、何か知識や情報がほしいなと思って参加しました。藤井先生、パネリストのみなさんからたくさん元気をもらいました。