

ポパイの会&ピア活動 1年のまとめ



① ポパイの会の1年を振り返って

ピア活動の一つとして、平成22年4月から行ってきた、当事者の方が中心となってセンターに集まり、悩み事や自分の話したいことをみんなでおしゃべりする「ポパイの会」をはじめ、6年が経過しました。この6年間で延べ338人の方に「ポパイの会」にご参加いただきました。ポパイの会のプログラム進行をピアサポーターさんをお願いして2年が経過し、仲間づくりの会として定着してきました。

② ポパイの会の目的

ポパイの会という名前の由来は、仕事をする時によく使われる「報告・連絡・相談」という言葉の頭文字である、「ほう・れん・そう」を、野菜のほうれん草に見立てて、アニメの登場人物のポパイの好物である、ほうれん草のように、この会に毎回参加しておしゃべりすることで、元気になってもらえればと思い、ポパイの会という名前になりました。

このように当事者の方が集まって行う活動を「ピア活動」といいます。ちなみに「ピア」という言葉は日本語に訳すと「仲間」という意味です。

ポパイの会は、はじめての人でも気軽に参加できるように、以下のルールを事前に必ず確認しています。お話し内容は、恋愛、お金、友達、病気、ダイエット、などさまざまです。

ポパイの会でのルール

仲間作りの場

悩みを話せる場

他の人の話を聞く

情報交換の場

思いを共有できる場

相手の気持ちを尊重する場

途中で気分が悪くなったら無理をしないで休む

来て良かった、元気になれた、と思える会

ここでの話はここでだけ！



③平成27年度ピアサポーター育成講座を行いました。

昨年度は新たに、さわやかーむでピアサポーター育成講座の募集を行い、1名の応募がありました。一年をかけてプログラムに参加をしたり、座学で講義を行ってきました。3月に無事必要な講座を全て終了し、平成28年3月26日に修了証を授与するセレモニーが行われました。

受講を終了したピアサポーターの感想

まだまだ知らないことが多い。十分に把握していないことも多いと思う。ピアサポーターになったという実感はまだ無いけど、これからコツコツと学んでいきたいと考えている。



④リカバリー全国フォーラム2015に参加しました。

平成27年8月21日、22日の2日間にわたり、池袋の帝京平成大学にてリカバリー全国フォーラム2015が行われました。

さわやかーむではピアサポーター2名とスタッフ1名が21日のフォーラムに参加し、分科会にも出席しました。渋谷区以外のピアサポーターやスタッフとピア活動についての意見交換を行い、交流が行われました。とても充実したフォーラムでした。

7回目を迎えるリカバリー全国フォーラムは、毎年1200人参加の盛況により、2日間にわたり開催されています。日本各地から、当事者・家族・精神保健福祉・医療関係者・学術関係者・学識者等の関係者が参加し、活発な議論が繰り広げられてきました。今回のフォーラムは、回復志向を軸とした「リカバリー志向サービスへの転換」をテーマとした「当事者参加による社会的責任決定 Part3」が、従来の定例プログラムに加え、福祉サービスの利用や福祉施設での当事者参加まで、さまざまな意見決定の機会が設けられます。リカバリー志向サービスへの転換をはかるために、まずは当事者参加による意見決定を行う実践をぜひぜひ！ 各地のフォーラムに参加するだけでなく、各自治体の関係者の方からも意見決定の参加を歓迎いたします。皆さまが、会場から帰郷後に参加したことをぜひお喜びしています。

リカバリー全国フォーラム2015 リカバリー志向サービスへの転換
当事者参加による社会的責任決定 Part3

2015
8/21-22 [金] [土]

8/21 ● 10:00 - ご挨拶 ● 10:15 - トークライブ ● 13:00 - 記念講演
● 15:15 - 分科会 ● 18:00 - 懇親会

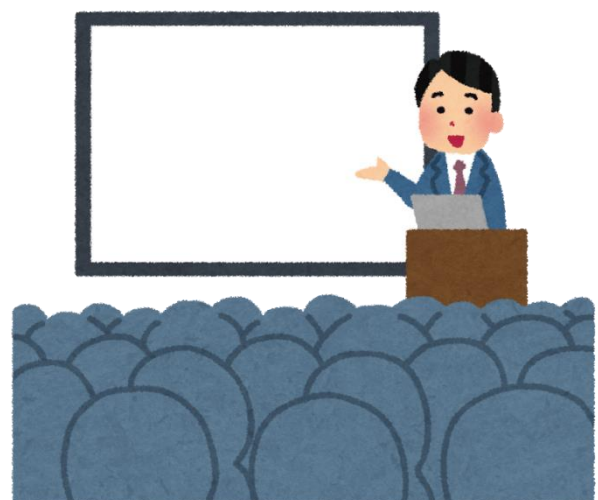
8/22 ● 09:30 - シンポジウム ● 13:00 - 分科会
● 15:45 - クローゼン ● 18:00 - 懇親会

主催 特定非営利活動法人 地域精神保健福祉機構 (コンパ)
公益財団法人 精神・神経科学振興財団

会場 帝京平成大学 池袋キャンパス 本館
▶ JR池袋駅東口から徒歩12分

定員 1200名 ▶ 6月中旬申込受付開始

COMHBO
特定非営利活動法人 地域精神保健福祉機構
〒127-0035 東京都池袋3-1-1 帝京平成大学池袋キャンパス本館
TEL:047-320-3879 / FAX:047-320-2871 http://comhbo.jp



⑤学習会を行いました

平成27年9月26日にピアサポーター対象の学習会を行いました。

座間市にて女性だけの心のケアグループ「レインボーキャリア会」代表の前田暖子様をお招きして、ご自身がピア活動を行うことになったきっかけや、現在の取り組みについてお話を伺いました。

前田様の積極的な姿勢は、さわやかな一むのピアサポーターにとってとても励みになりました。



⑥自主企画を行いました

平成27年9月15日にメンバー自主企画でクイズ大会を行いました。

自主企画を提案したメンバーさんと打ち合わせを行い、早押しボタンや問題を準備しました。

参加された方の感想は

- ・みなさん知識が豊富で素晴らしかった
- ・あと一問で逆転できたのに、くやしかった
- ・わかっている問題なのに押せなかった
- ・優勝できたのは年の功かな

と参加した方から、色々な意見が出て、今後もシリーズ化したいというリクエストがありました。



⑦千駄ヶ谷まつりに参加しました。

平成27年10月4日に鳩森小学校で行われた千駄ヶ谷まつりに参加しました。地域住民の皆様にはさわやかな一むの周知と交流することを目的に毎年参加をしています。今年もたくさんのお子どもたちに来てもらい、プラバン作りを楽しみました。ピアサポーター、そしてメンバーの皆さんの協力もあって、無事に終了しました。



⑧さいごに・・・

27年度はピアサポーターの育成講座やリカバリーフォーラムへの参加、講師の先生を招いての学習会など、いろいろな事を行ってきました。

今年度からピアサポーターが1名加わることになりました。また既にプログラムや地域交流に協力していただいているピアサポーターも具体的な活動に参加し、着実に実績を重ねています。

さわやかな一むに登録した人は、自分の好きなプログラムに参加したり、リラックスをしたり、自分の居場所の一つとして利用したりと目的はさまざまです。登録されたばかりの人は、何をすれば良いのか分からずに不安になることもあるかもしれませんが、スタッフだけでなく、先輩であるピアサポーターの声掛けによって安心することにつながるきっかけになるとと思います。

地域の人を地域の人が支えていくことができるようになることをさわやかな一むは目指しています。その形が少しずつ実になっていることを実感しています。

