

# 令和6年度 障がい者総合サポートセンター取組状況

## 1 大田区精神障がいピアサポート講座の開催について

### ● 目的

- 精神障がいのある方だけでなく、支援者・家族等様々な属性の方がともに「ピアサポート」について学ぶことにより、理解啓発を図る。
- 参加者が、普段の役割を自然におり「対等な立場」で受講することで、その場を体感し自身のリカバリーやストレングスに気づき、可能性や希望を獲得してもらう。

日時	令和6年10月17日(木)、24日(木)、31日(木) 10:00~15:00
場所	大田文化の森4F集会室
参加者	延べ52名
周知先	庁内各課、大田区報、X(旧Twitter)、地域活動支援センター、就労継続支援B型事業所、地域包括支援センター、区内精神科のある病院、クリニック等
講師 ファシリテーター	聖学院大学 心理福祉学部 心理福祉学科 教授 相川章子氏 理~さん、愛さん
内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>● サブテーマ「しんどさを分かち合えたら大丈夫」</li> <li>● ピアサポートの核となる「経験の語り(リカバリーストーリー)」を、中心として全体共有し、リカバリーとピアサポートについて学ぶ。</li> <li>● 安心して講座に参加いただくために、昨年度同様             <ol style="list-style-type: none"> <li>① 安心・安全・居心地のいい場、②「ここで、今」・味わい尽くす</li> <li>③ 多様な人々の参加、④ 日頃の役割や立場は脇に置く</li> <li>⑤ 感謝の気持ちを存分に伝える、以上5点を大切にす。</li> </ol> </li> <li>● 居心地のいい場づくりのためのルールとして、最低限のルールをみんなでも出し合い決めて進めた。             <ul style="list-style-type: none"> <li>● 1日目：リカバリーストーリーを聴き、共有する。ピアサポートの前提となる「リカバリー」やリカバリーとピアサポートの関係について学んだ。</li> <li>● 2日目：コミュニケーション技法やバウンダリーとセルフケアを学び、後半、リカバリーの体験談を「語り手・聴き手・観察者」に分かれ演習した。</li> <li>● 3日目：ピアサポートを支える理論の1つである「ストレングス」について学び、全員で円になって座り「ピアサポート体験談」をリレートーク形式で共有した。これまでを踏まえ、「私にもできる！身近なピアサポート」と題して、グループワークを行い、自分がしんどかったこと、あるといいと思うこと、自分が今できること等を話し合った。</li> </ul> </li> <li>● 昨年度の講座参加者を対象に、フォローアップ講座を6回(3/21・4/18・5/16・6/20・7/18・8/15)開催。自主性を尊重し、参加者が企画・進行</li> </ul>

	<p>を担えるようサポートしながら行った。また、今年度のピアサポート講座に向けての準備についてもフォローアップ講座の中で行い、参加者・講師・ファシリテーター・事務局と一緒に講座を作り上げた。</p>
アンケートより	<ul style="list-style-type: none"> <li>全講座を通して、多くの方々の真剣な思いを聞かせていただき、改めてピアサポートの大切さを実感することができました。当事者、家族、支援者、スタッフが一体となった心温まる素晴らしい講座と存じます。</li> <li>上手く言えませんが、とても心地の良い世界観があると思いました。</li> <li>「リカバリーストーリーを語る」を1日目に聞いて良かったです。支援をしているだけでは聞けないようなことも、そのときのご自分がどう思ったのか等お聞きできたことは良かったです。</li> <li>なんとか3日間参加できて、ほっとしています。今回、フォローアップ講座で一緒だった方と昼食を食べたり他の参加者さんと話したりで楽しかったです。</li> <li>講座にいる皆さんが優しかったので、とてもその空間が暖かくて人前で話すのが本当に苦手な私でも話すことが出来たし、いろいろな方が声をかけて下さったりして自分はここに居てもいいんだと思えました。ピアサポートの事も日常で役に立つ物がいっぱいあって、これから意識しながら生きていきたいと思った。緊張はしてたけど楽しかった。</li> </ul>
今後に向けて	<ul style="list-style-type: none"> <li>今年度の講座参加者を対象にフォローアップ講座を開催する（第1回を12/18開催予定）。引き続き、フォローアップ講座の中で、来年度のピアサポート講座開催に向けての準備を協働して行う。</li> <li>来年度もピアサポートの普及・理解啓発のための講座を実施する。また、ピアサポーターの養成を目的とした講座の開催について検討する。</li> </ul>

## 2 各所情報収集・連携について

東京都地域移行コーディネーター、中部総合精神保健福祉センター等と連携し、地域移行の促進また地域づくりのため情報収集・検討を行った。

### (1) 相談支援事業所連絡会おおた

テーマ「地域での生活を支える（仮）」(11/27開催予定)

毎月1回、大田区内では相談支援専門員が集まり連絡会を開いている。

今回は、精神障がい者の地域生活を支えていくことについて、成仁病院の鶴岡氏と訪問看護ステーションデューン大森北の宮原氏に事例を交えながら話題提供していただき、グループワークを行う予定。

### (2) 医療法人社団鶯の木会 南晴病院訪問

ご入院されている方の地域移行（退院促進）に向け、病院関係者・事業所・健康づくり課と定期的（1回/2か月）に情報交換を行った。(5/17・7/19・9/6・11/15)

### 3 地域移行・地域定着研修について

講 師：未定

時 期：2～3月頃開催予定。

テーマ：未定

長期入院患者の現状を知り、地域で暮らすことをベースに受講生が主体的かつ具体的に考えられる研修を企画する予定。