

# たすき掛けプロジェクト ～ピアサポーターの活躍の場～

第25回日本精神障害者リハビリテーション学会久留米大会

平成29年11月16日～11月18日

一般社団法人スターアドバンス 「コン」

NPO法人 ヒーライトねっと 「ゆい」

NPO法人 SIEN 「そう」

千葉県船橋市

東京都江戸川区

東京都葛飾区

# そもそもの始まりは・・・

- ・前法人の時に、「生活訓練」の利用者さんたちが・・・
- ・ピアサポートに興味を持った
- ・生活訓練の中で勉強会
- ・地域活動支援センターに場所を移して勉強会
- ・次の年も勉強会
- ・次の・・・
- ・「何年勉強すればいいんだろう??」

## 2つの立場の間での葛藤

- “利用者としての自分”と“ピアサポーターとしての自分”という2つの立場の間で葛藤に陥ることがあった。
- ピアサポーターとして活動しながらも、生活面のサポートも引き続き必要とする場合は、「生活のサポートをする事業所」と「ピアサポーターとして活動する事業所」が同じだと、そこにも葛藤がうまれた。

# Aさんの例

- 「生活訓練」を利用後、ピアサポーターとして、パート勤務に。
- 今まで同じ通所のメンバーだったのに、ある日突然、職員に！
- Aさんは同法人の地域活動支援センターと居宅介護事業所(ヘルパー)も利用している。
- 「職員なの??」「メンバーなの??」とAさん本人も周囲のメンバーも混乱、..??



同じ法人の「一本釣り」  
はいろいろ課題が多い

# 「ピアサポートに興味があり」 「ピアサポーターになりたい」 を実現したい！

- 自法人の「ピアサポーターになりたい！」というメンバーの気持ちを、自法人で実現する場合、「一本釣り」になりやすい。
- 「一本釣り」は、様々な問題をはらんでいる！？



- 目指す方向が同じ(法人の理念が近い。生活訓練をやっている。)
- 距離的に活動と一緒にできる(電車で30分圏内)
- **3法人合同で「たすき掛けプロジェクト」をスタート！**

# ボランティアの様子

動画撮影に協力してくださっている利用者の方には同意を頂いております。

※ 写真・動画撮影はご遠慮ください。







# 実践報告

# ステージは3段階(今のところ)

千葉県 精神障害者ピアサポート  
専門員養成研修

東京都 相談支援専門員  
初任者研修



参加ステージ

- ・ 島田
- ・ 佐藤、他



実習ステージ

- ・ 吉田



ピアスタッフ

- ・ 小田代

ボランティア  
高原

第1ステージ

参加

# 島田さん

## プロジェクト の参加経緯

自分も友人に助けられた経験があり、もともと人の役に立つことに興味があった。今年の1月と8月に初任者研修のファシリテーターに参加したが自分の障害のことを上手く話せなかった。もっと自分の障害のことを知っていて伝えられたら、周りの人の理解が深まるのではないかと思った。その時ピアサポーターのことを知った。自分が今までの良かった経験、苦労した体験と自分自身の障害理解を活かし、人の役に立てると感じ、ピアサポートの勉強をしたいと思った。

## ピアの勉強をする ようになった きっかけ

自分の辛かったり大変だった人生の1ページが大切な経験だと感じている。今つらかったり引きこもっている人に自分もそうだったよと自分の人生の1ページを伝えることで「あなたは一人じゃないよ」「仲間がいるよ」「周りが支えてくれるよ」と伝えたいし、自分も助けられたから人の役に立ちたいと思っている。

## ピアの勉強をして 気づいた事や ギャップ

まだたくさん色々なところはみていないけれど、ピアの勉強や定例会に参加して、なかなか雇用に結びつくピアの方が思っていたより少ないと感じた。

<b>やったこと</b>	たすきがけ定例会に参加 勉強会に参加
<b>心がまえ(役割)</b>	当事者に寄り添えて、太陽みたいにほんわかした人柄で、当事者が自分で気づけて、自分の道を歩けるようなサポートができる役割でありたい。
<b>良かった点</b>	勉強を通して、自分と向き合うことができた。勉強することで生きがいやピアサポーターという目標ができた。 今日この場で発表出来たこと。
<b>課題</b>	今後、色々な地域のピアサポーターの情報を知りたい。他のピアサポーターと連携できて情報交換できたらいいなと思っている。 自分の周りではピアサポーターがあまり知られていないことで、ピアサポーターになることを応援してくれる人が少ない。 だからこそ当事者や周りの人に発信していくことが必要と考えている。

第2ステージ

実習

# 私のリカバリーストーリー

吉田さん

私が発病したのは12年前です。働きながら通院していましたが、どんどん状態が悪くなり、毎日、点滴を打ちながら仕事をしていましたが、最終的には医師から「仕事を続けるのは無理です」と言われ、18年間勤務した職場を退職しました。

退職後、約2年間は通院せず働いていましたが、更に状態が悪くなり、とうとう働けなくなってしまいました。

それから、作業所に入所することになり、障害者手帳も作り、障害者としての新たな生活がスタートしました。作業所が地域活動センターになり、私自身が生活に物足りなさを感じ始め、相談したところ生活訓練を紹介されました。生活訓練では、日常生活の充実・集団での自分の在り方などを学び、生活訓練に通うまでは集団で過ごす時間が苦手だったり、直ぐにイライラしたりと短気であったが担当職員をはじめとした事業所の職員や他利用者との交流で、私の閉ざされ冷えきった心が解放されたと思う。

生活訓練終了後は、現在の事業所で同じ病気を持つ立場として、福祉サービスで働くピアサポーターを目指して、日々、努力しています。

プロジェクト  
の参加経緯

(たすき掛け)職員の話聞いて

ピアになる  
きっかけ

同じ病気を持つ立場で、事業所で、利用者の  
気持ちを理解し且つスタッフとして働きたいと  
いう動機から

ピアになっ  
て  
のギャップや  
気づいた事

スタッフとして働きだした時(研修時)、利用者  
に健常者と思われている時は利用者との距離  
感を感じたが、自分にも病気を持っている事  
が分かると、輪の中に入れてもらう事が出来  
た。(心の垣根が取れた)



<p>やったこと (参加プログラム)</p>	<p>グループワーク・スポーツ(バレーボールetc)・外出(付き添い)・カラオケ→研修</p> <p>*たすき掛け定例会</p>
<p>心がまえ(役割)</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>・健常者ではなく、同じ病気を持っている立場として、働くことを忘れない。</li><li>・利用者には常に優しく接する。</li></ul>
<p>良かった点</p>	<p>研修時、利用者に最初は「スタッフさん」と呼ばれていたが、自分が病気を持っている事を知り、研修が進んでいくと、ちゃんと名前でもらえるようになった。</p>
<p>課題</p>	<p>スタッフとして、常に優しく接していたが注意をしなければいけない場面で、優しく注意したが聞いてもらえなかった。時には厳しく接しなければいけない事を学んだ。</p>

## 第2.5ステージ

ボランティア

# 私のリカバリーストーリー

高原さん

ピアになって  
のギャップや  
気づいた事

ピアスタッフのボランティアを経験する前は自分が何かしてあげなければいけないと考えていたが、経験をとおして私自身がメンバーさんに何かをしたり教えたりするのではなく、一緒に考えたり教えてもらったりして、成長していくことがわかった。それがピアスタッフになって気づいたことである。

<p>やったこと (参加プログラム)</p>	<p>メンバーミーティング:メンバーさん主体でプログラムを考えていく場</p> <p>外出プログラム(お花見など)・心理教育・MAG'Sキッチン すいーちゅ・認知行動療法・ワークワーク・卓球・SST・WRAP・カラオケ・暮らし 上手</p>
<p>良かった点 心がまえ(役割)</p>	<p>ボランティア先では、訪問や法人のミーティング、病院に話しに行ったり、メンバーさんの施設見学同行、ボランティア先での会話、初めて通所された方の対応を実施。とても緊張することばかりだったが、相手の話しをよく聞き、メンバーさんによって、今必要な言葉かをしっかり選んで接することがピアサポーターとしての役割だと感じた。</p>
<p>課 題</p>	<p>ボランティア先で経験を重ね、自分より能力の高い人は、たくさん居ることがわかってきた。「自分には何ができるのか？自分は必要なのだろうか？」と悩んだが、全てを吸収するつもりで、メンバーさんからもスタッフさんからもたくさんのことを教わりながら、成長していくピアサポーターになりたい。と感じ始めている。現在、悩みながらもボランティア活動に励んでいる。</p>

# 「そう」でのピアスタッフの役割



ピアスタッフが事業所に来てくれる様になって変わったこと

- ・利用者が“ピアスタッフ”という言葉と内容を知ることが出来た。
- ・利用者同士の助け合いが以前より増えた
- ・雰囲気明るくなった。
- ・通所にまだ慣れてない方、緊張している方などの対応を個別に行えるようになった。
- ・支援会議の時に、当事者としての意見が出るようになった。

ピアスタッフに期待する事

- ・直接支援以外の事務的な仕事も、少しずつ覚えて欲しい。
- ・失敗をしても良いので、色々な事にチャレンジして欲しい。
- ・一人で支援をする訳ではないので、チームの中での自分の役割や強みを活かして欲しい。

今後の展望

- ・現在はボランティアで3名のピアスタッフに来て頂いているが、来年の4月からはピアスタッフを雇用予定。通所だけでなく、訪問の支援にも入って頂いたり、退院支援に関わって頂きたい。
- ・経験を重ねてステップアップし、より良い雇用条件で働けるようになった際には、当事業所ではなく他の福祉・医療サービス等で勤めて頂きたい。

## 第3ステージ

ピアスタッフ

# 私のリカバリーストーリー

小田代さん

高校卒業後の職場でいじめやパワハラにあい漠然的な未来への不安感や現状の苦しい状態に耐えきれなくなり自殺未遂に陥りました。それから生きる為に25年間働きましたが、その間の病気の症状は深く、とうとう身動きが出来なくなり、基本的な生活(寝る・食べる・仕事をする)が出来なくなり遂に入院しました。

しかし退院後は再び働くという繰り返しの中で、動けなくなり双極性感情障害になっていた事が発覚。比較的に長い8カ月間の入院生活が続きどっぴりと病気に使ってしまった。退院後は通院治療となりましたが、今の自分が嫌になりアルコールに走ったり、睡眠薬での自殺を試みたりする状態でした。家族、とりわけ母親と兄との仲が非常に悪く、体調が良くなりかけては喧嘩をし回復の見込みが見られない状態でした。でも、健常者である友人に支えられて大学病院に受診し自分を褒める事を実行するようになると病状が良くなっていきました。

その後、現在の相談支援専門員との出会いもあり1年後・3年後・5年後と目標を決める事で毎日が楽しく、希望に満ちる生活を送れるようになっていきます。



プロジェクト  
の参加経緯

もともとピアサポの勉強はしていたが、ピアサポの活動が出来なかった。新しい事業所でたすき掛けプロジェクトの事を聞いたため。

ピアになる  
きっかけ

友人からの相談をうけて、どのように対処すれば良いか。友人だけではなく、周りで困っている人を何とかしたくてピアの勉強が必要と思った。

ピアになっ  
てのギャップ  
や気づいた  
事

健常者の方とピアの意識の違いに戸惑いを感じた。健常者の方の常識とピアの常識との違いについて項目を挙げることは難しい。  
ピア同志が分かり合える事も健常者にとっては意外と考えられない感覚ということになる事もあり得る。

やったこと (参加プログラム)	卓球・ライブハウスゆい・那須院・フラダンス・ホール・健康相談室・WRAP・絵画・カラオケ・調理
心がまえ(役割)	常にピア側の思いや発想について自主的に取り組めるよう気を使った。 ・楽しいと思えるような場所(雰囲気)作り ・心の糧となるようなオアシス的な場所(雰囲気)作り
良かった点	健常者の支援員に対して、理解を深めてもらう為に心を砕いて利用者さんの思いを伝えられた事。
課題	障害をもたれた方への配慮について明確に(健常者でも理解できるよう)例を挙げて、こんな時はどのマニュアル的(難しいが)な物を作れたら良いな。

# 今後のこと

- 4月より、SIEN、スターアドバンスでたすきがけの雇用スタート！
- ヒーライトは、秋頃よりスタート！？
- たすきがけは、毎月1回、第3木曜日に開催。ぜひご参加下さい。
- 実習も継続中！
- 精神障害者リハビリテーション学会in東京(早稲田大学)で今年も発表予定。

ご清聴ありがとうございました