



ピアステーション通信

25年1月
第5号

挨拶

遅ればせながら…

あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願いいたします。

ということで、新年初のピアステーション通信の発行でございます。皆様、いかがお過ごしでしょうか？
成人式頃には初雪となりましたが、お怪我などなさらなかったでしょうか？

さて、本事業は今年度事業となりますので、3月にて終了となります。残り2月と3月、どうぞよろしくお願いいたします。

そして、本年もピアサポーターの皆様方が健やかに活動を続けられることを心より祈念しております。

調査開始のご案内

前号にてご案内差し上げました通り、事情があり見送られていた調査を開始いたします。

ご協力いただける皆様方、どうぞよろしくお願いいたします。

※なお、この調査にご協力いただいた皆様には本事業の成果報告書を無料にて配布させていただきます。

日程：2月中 場所：各人と調整し設定いたします。

調査員：本事業担当者とピアサポーター

【質問内容】

- ①これまで、どんなピアサポート活動をしてきましたか？
- ②今、どんなピアサポート活動をしていますか？
- ③これから、どんなピアサポート活動をしたいですか？

以上3点を活動の具体的な内容、日時、場所、報酬の有無、対象者、個人かグループかなどの詳細別に質問します。



今年度の本事業完了に感謝を込め

成果報告会のご案内

調査研究の成果をご報告させていただき、ピアサポート活動にはどんなものがあるのかを参加者みんなで共有し、それをもとに今後のピアサポート活動についての意見交換をしたいと思います。

日時： 3月22（金）13：30～15：30

会場： コミュニティ Cafe ピア（就労継続B型レジネス内）

参加費：500円（ワンドリンクサービス）

対象： どなたでもOK



公開講座 どなたでも参加OK!

べてる式

当事者研究

参加者・・・なんと!
30数名でした



講師：向谷地 宣明氏(浦河べてるの家、(株)Mc-Median)

1月26日(土)レジネス内のコミュニティカフェ・ピアにて、べてる式当事者研究が開催されました。当事者研究とは、自分の助け方であり、家族会の方から、当事者だけでなく、一般の健常者にも必要な事よ〜との言葉を頂きました。以下、実際にレジネススタッフを中心に行った研究成果をご紹介します。

事例1…コダック現象

オーバーワークになると、頭の中が???だらけになり、アニメ・ポケモンキャラクターにちなみ、コダックを引用した。コダックのキャラクターをプリントしたカードを持ち歩き、いつでも相手に伝えられるように携帯している。お守りのごとく、安心感があるそうです。

事例2…思い込みATフィールド(エヴァンゲリオン)心の壁を作ってしまう現象自分としては居心地がよいが、周りからおかしいと言われてしまう。言語化して、情報公開したほうが良い〜との講師からのアドバイスがありました。

・マイナスのお客さんとの付き合い方…距離感を保つ。挨拶からコミュニケーションが生まれる。声をかけるタイミングが大事。勇気と笑顔が必要かな。

事例3…親子の家庭内別居親が過干渉し過ぎ。子供は自分の生き方をしているのだから、親は親で、自分の人生を楽しむべき。

事例4…おセンチになるタイミング周りにサービス精神過剰でぐったりしてしまう。0か100かのエネルギー。実験で、ペースダウンして余裕を持たせ、パワーが持続するかどうか試してみる。

・最後に…ダイヤモンドのごときではなく、繊細なガラスのハートを大切にしましょう〜と、締めくくられました。

※お知らせ…2月8日(金)NHK・Eテレ21時〜バリバラという番組に、べてるが出演します。

これからの予定

「べてる式 当事者研究 第2回目」 講師:向谷地 宣明氏

日時:2月13日(水)13:30~16:30

場所:コミュニティCafeピア(就労継続B型レジネス内)

参加費:500円(当事者)/1000円(見学,一般)(ワンドリンク付き)

対象:当事者・支援者・ご家族など、どなたでもOK!*申込不要(直接会場へ)

内容:当事者の方を中心に実際の「当事者研究」を行っていき、ドリンク片手に体感しながら学んでいきましょう。

編集後記

年が改まり、寒い寒さの中にも清々さが感じられる日々です。皆さん如何お過ごしでしょうか。

一月は、レジネス内で自主的に当事者研究を数回行いました。気楽な自主学習会として、どなたでも見学などでもご参加OKですので、是非ご参加下さい!

喫茶の方も新メニュー(コーヒーゼリー、ランチ)などフードメニューも追加予定です。皆さまのお越しをお待ちしています。 kayoko でした。

発行元

NPO 法人 ACT-R

〒213-0034

川崎市高津区上作延 782-B101

TEL : 070-6527-4303

E-Mail : t.yoneda@act-r.org

