

京都市での精神障害者 ピアサポート活動

平成31年1月26日（土）

グリーンカフェ

京都市中部障害者地域生活支援センター「なごやか」

田中稔一

ピアサポート活動について

○「ピア」「ピアサポート」「ピアサポーター」とは

○支援センターなごやかにおけるピア活動の経過

○ピアサポート活動の実際

○よくある質問、最後に…。

ピアとは

仲間、対等、同等の者、同僚、同輩と訳されています。

ここでは同じ病気や障害を持つ仲間

ピアサポートとは

「仲間同士の支えあいの営みのすべて」をいいます。

インフォーマルで自然発生的な仲間同士の支えあいとフォーマルで意図的な支えあいの両者の意味でつかわれています。

ピアサポーターとは

医療機関や地域の支援者や協力者、地域住民等にリカバリーの信念とピアサポートの価値に基づいて、自分や仲間の経験を意図的に用いて、精神的に困難にある人のリカバリーの支援や地域社会への普及啓発活動等への協力をする人。



同じ経験等をしている仲間は専門職よりも、より当事者に寄り添っての関わりができる。

また専門職にとっても新たな気づきや生の声を聴くことができる貴重な協力者。

支援センター「なごやか」におけるピア活動

京都市中部障害者地域生活支援センター「なごやか」では京都市における地域移行の推進に向けてピアサポーターの養成と活動の実施を行ってきています。

主に「精神科病院に入院されている患者様への退院支援の推進」「退院支援に関わる関係者等へピアサポーターによる普及啓発」

（養成の経過）

平成24年度 5名のピアサポーターを養成。

平成25年度 2名のピアサポーターを養成（地域移行支援事業利用経験者）

平成29年度 3名のピアサポーターを養成（関係機関からの推薦等）

現在 10名 の登録があり活動を行っている。

ピア活動の実際

〔精神科病院に入院されている患者様への退院支援の推進〕

① 精神科病院のOTプログラムに参加

精神科病院へ訪問（1回/週）を行い、地域での生活を伝えたり、患者さんとの交流を通して退院意欲の喚起を行っている。

② 精神科病院の病棟への訪問

精神科病院へ訪問（1回/月）を行い、病棟の入院患者さんからの相談や話を伺い、実体験に沿った話をしてもらったり、退院支援に向けて患者さんへの普及啓発や医療関係者や地域の支援者との協力・連携を行っている

③ 医療機関等へ訪問しての体験談等の発表

ピアサポーターの退院に至る体験談や病気のことについて、また今の地域での生活など様々な当事者体験について入院患者や病院職員等に伝え地域移行の推進を行っている

ピア活動の実際

〔退院支援に関わる関係者等へピアサポーターによる普及啓発〕

① 地域での体験談発表

依頼に応じて「地域移行について」や「病気」や「今の生活について」等ピアサポーターの体験談等を話し普及啓発を行っている。

② 教育機関での体験談発表

大学等へ出向いて将来の専門職に対して当事者体験を伝えている。

また今後小学校での講演予定もあり、幼いころから精神障害について正しく知ってもらえるよう取り組みを行っていく

よくある質問

Q. ピアサポーターになりたいのですがどうしたらいいですか？

A. なごやかで活動しているのは「地域移行」を推進していく取り組みをしていただく限定的なもので行っています。なごやかに登録して活動することであれば養成講座を受けて頂くということになると思いますが、31年度の実施については未定です。

Q. ピアサポーターさんに来てもらいたいけどどうしたらいいのだろう？

A. なごやかでは精神障害の当事者の方のピアサポーターが数名いますので、一度電話での問い合わせをしていただけたらと思います。

最後に

ピアサポーターも様々な経験を経て今前に出て話せています。今の彼らを見ると「この人たちだからできてるんだ」と感じられる方もいらっしゃるかもしれません。

でも、どのピアサポーターも当事者の皆さんと同じく苦しく、いろいろな困難を抱えていて、今も色々な事でしんどさを感じたり悩んだりされています。

いろいろな経験を自ら伝えることで当事者の皆様や関係者の皆様の助けになればと活動しています。

今後もピアサポーターと一緒に活動をしていきますので、是非一度ピアサポーターの話を聞いていただき、今後の支援や生活の中でふとした時にあんな話を聞いたなと思って頂けることがあれば幸いです。