ピアセンター
「クローバー」

～ひとりぼっちをなくそうよ～

ピアサポーター
「クローバー」とは…

「ピア（peer)」とは、

「仲間」「対等」という意味。

同じ病気を持つもの同士、支えあって障害を乗り越えていくことを目的に活動しています。ピアサポーターのメンバーも同じような悩みを体験しているからこそ、あなたに共感できます。

「クローバー」とは、

四葉のクローバー。

「みんなが幸せになるように…」という意味が
込められています。
これは、ピアサポーターのメンバー自身が
選んだ名称です。
あなたにも幸せを感じてほしい。
そうすることによってピアサポーター自身も
幸せになっていく。そんなグループです。

「クローバー」の誕生まで…

「私には何もできないのでしょうか？」

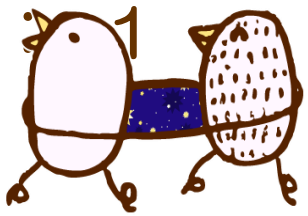
今までの、福祉サービスのあり方は、利用者はサービスを受けるだけの存在であったかもしれません。
「障害者」=「できないことがある人」。
だからスタッフがやってあげましょう。
実はこんな見えないバリアがどこかにあったのかもしれません。

「私も人のために役に立ちたい。」

誰もが願う当たり前の気持ち。利用者はサービスを受けるだけでなく、サービスを担える存在でもあるのでは…。
そんな思いからピアサポーター講座を開講しました。

メンバーは講座を修了し認定を受けて活動

・ピアサポーター養成講座を修了し、認定を受けたメンバーが活動をしています。
・クローバーに登録した累計人数は、第１期生から
・第１３期生まで、約80名。
・現在の活動人数は、20名前後。
・25歳から70歳までで、幅広い年代が活躍しています。
・現メンバーの男女比は　男　：　女　＝　１　：　1



令和元年度

岡山市ピアサポーター講座日程表

午前：10:00～12:00　午後：13:00～15:30

7月１２日(金)セッション１	7月２６日(金)セッション３	8月２日(金)セッション５	8月９日（金）セッション７
ピアサポート・ ピアカウンセリングとは オリエンテーション １．演習：他己紹介 ２．ピアサポーターの役割 ３．体験談 ４．ピアカウンセリングって何？ ５．気分調べでチェックアウト	**信頼関係作りの基礎Ⅱ ～自分のタイプを知る・知ってもらう～** **【午前の部】** １．気分調べでチェックイン ２．ウォーミングアップ：一対一の会話 ３．演習１：決定の自分史 ４．気分調べでチェックアウト ５．体験談	**信頼関係作りの基礎Ⅲ ～アクティブリスニング～** １．気分調べでチェックイン ２．「アクティブ・リスニング」 ３．演習１：「相手の動作や声からメッセージをキャッチする」 ４．演習２：相手の気持ちに共感をする ５．質問の仕方 ６．演習３：オープン・クローズな質問の練習 ７．気分調べでチェックアウト	**ピアサポート活動の実践報告** **【午前の部】** １．気分調べでチェックイン ２．今までの振り返り ３．演習１：決定の自分史 ～ピアサポーター講座編～ ４．演習２：ピアサポートについて共有しよう！ ５．体験談
7月１２日(金)セッション２	**7月２６日(金)セッション４**	**8月２日(金)セッション６**	**8月９日（金）セッション８**
信頼関係作りの基礎Ⅰ ～交流　お互いをもっと知ろう～ 1.　気分調べでチェックイン 2.　WRAPとは ３．気分調べでチェックアウト	**信頼関係作りの基礎Ⅱ ～自分のタイプを知る・知ってもらう～** **【午後の部】** １．気分調べでチェックイン ２．演習２：「期待」 ３．演習３：「自己主張トレーニング」 ４．体験談 ５．気分調べでチェックアウト	**信頼関係作りの基礎Ⅳ ～アドバイス・実践練習～** １．気分調べでチェックイン ２．アドバイスについて ３．演習１：５つのアドバイス ４．演習２：アドバイスは癖になる！？ ５．相手を助けるような人間関係作り ６．気分調べでチェックアウト	**ピアサポート活動の実践報告** **【午後の部】** １．気分調べでチェックイン ２．ピアセンタークローバー説明 ３．リカバリーストーリーをきく ４．演習４：「得意の一歩」 ５．演習：得意の一歩 ６．修了証書授与

相談活動

・自宅に訪問して相談に応じます

⇒「家から出られない・・・」「一人では不安」「誰かに相談したい！」　こんな悩みを経験したことがある方も多いはず・・・

・電話や来所してのピアカウンセリング

⇒同じ病気の体験をしているからこそ分かり合える。共感しあえる。電話でも、来所でも相談に応じますよ！

交流スペース運営

「地域活動支援センターぱる・おかやま」

の交流スペースを、

「クローバー」が当番制で運営します。

- 来た人が、「楽しい」「癒される」と思える雰囲気を作ります☆
- 初めて来られた人にも優しく応対します☆
- 相談室で電話相談やピアカウンセリングも行います☆

ミーティング

毎月１回

しゃべりば

ピアサポートの質の向上のための勉強会や日々活動していく中での不安や困った事についてみんなで共有できる会

家事援助（ピアヘルパー）

お部屋の掃除、洗濯します

⇒「調子が悪くて、部屋の片づけができなーい！」

「家事は苦手だから誰かに手伝って欲しいな」など、ピアサポーターにお任せ下さい！

・その他・・・　⇒調子が悪くて、食事を取っていない時など、必要なものを代わりに買いに行ったり、引越しの荷造りのお手伝いもしますよ！

ピアガイド

一緒に同行します

「買い物に一緒に来て欲しい！」

「診察や福祉事務所に一緒に来て欲しい！」

など一人では不安でも一緒なら安心

退院支援活動

「退院後の生活に希望をもってほしい！」という思いで、クローバーの紹介や体験発表、交流活動を行っています。

「岡山市ピアサポーター派遣事業」の依頼
Ｈ２６年１０月～

林病院デイケア
河田病院デイケア
万成病院開放病棟
精神科医療センター

講演活動

「精神障がい」について多くの人に知ってほしい。
公民館や学校等で講演活動を行っています。

岡山市障害者自立支援協議会
ホームページ管理

http://okjiritsushien.com/

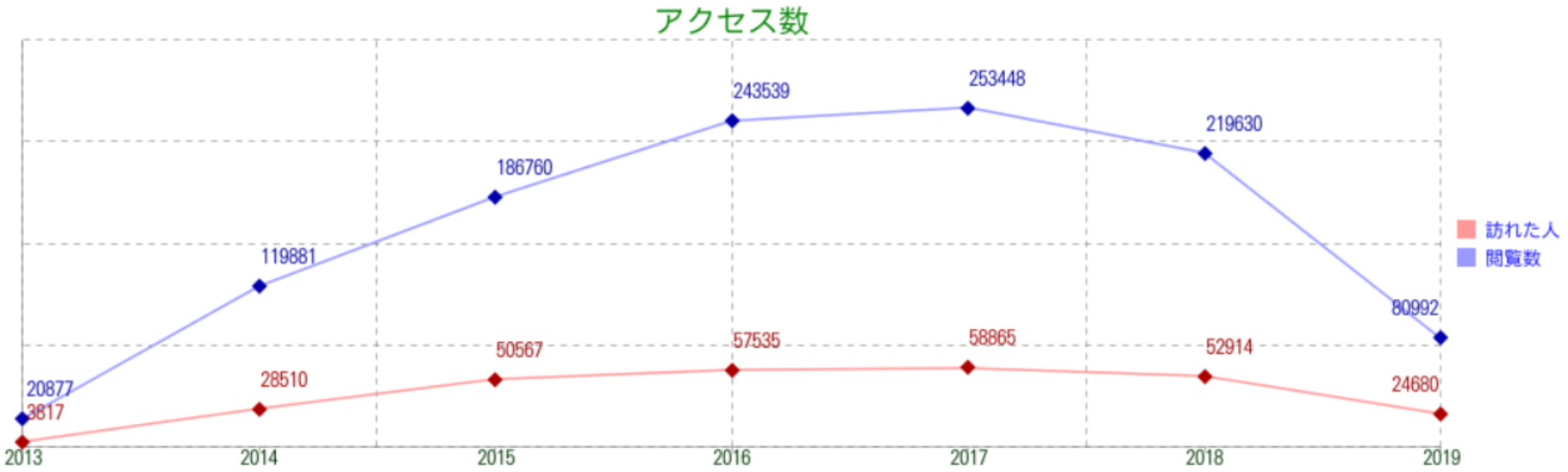
ホームページは
えーんじゃネット
で検索してね♪

岡山市自立支援協議会のホームページの
事業所情報をクローバーが管理しています。

SNSを通じて岡山市内の福祉事業所の情報やイベント、自立支援協議会の活動報告など掲載しています

月に1回開かれる岡山市自立支援協議会「広報部会」にクローバーも参加し、えーんじゃねっとの管理に携わっています。

2013 年度 からのアクセス



大切にしている事

人は誰でも
「チャンス」さえ与えられれば、
自分の問題を自分で解決することができる！

私たちの活動は、
「相手の問題を解決してあげる」こと
ではありません。

相手が、
「自分で自分の解決方法を見出す手助けをする」
ことが私たちの役割です。

これからの思い

①「地域の人にもっとサービスを提供したい！」

⇒外に出られず、自宅で引きこもっている人たちのためにお手伝いがしたい！

②「病院に入院している人達の役に立ちたい！」

⇒退院をするお手伝いがしたい！

⇒入院生活の不安の中いる人の悩みを聞き、少しでもその不安を解消してあげたい！

これからの思い

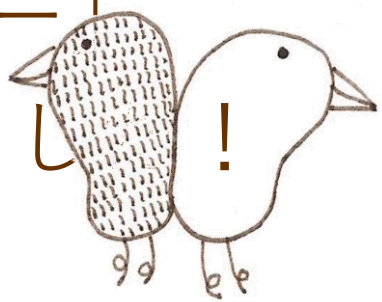
そのためには・・・

①多くの人達とのネットワークを作る

⇒これまでの専門家やご家族が行ってきた支援
　＋私たちピアサポーターの専門性を加えた
　　支援ネットワークを作ること

②私たちピアサポーターとしての専門性
（技術や質）の向上

⇒ピアという立場で何ができるのかを探ること
これからの私たちの挑戦です！

「みんなが幸せになるために・・・」
～ひとりぼっちをなくそうよ～

ピアサポーター「クローバー」
ご清聴ありがとうございました！