

# You とピア通信 第4号

「ピア」とは「仲間」という意味です。同じ悩みを持った者同士の対等な支援ということ。あなたとピアを結ぶ新聞～ユートピア通信～第4号をお届けします！

令和3年11月

【発行元】地域生活支援センターぱれっと・はだの 秦野市本町2-7-25 ☎0463-80-3294

## ボイスピア開催しました

みなさんこんにちは。今年もボイスピア開催しました！

ボイスピアとは、ぱれっと・はだので行う、ピアサポーターによる

体験発表会です。秦野市内の精神科病院の入院患者様、地域で生活

する当事者の方、ご家族の方々、支援者など、どなたでも気軽に参

加できるプログラムです。

去る9月11日第3回ボイスピアを開催しました。昨年と同様にオン

ライン開催で44名にご参加頂いて、充実した2時間を過ごせました。

特別ゲストとして、海老名市ピアサ

ポーターの尾山篤史さんと、当事者

演奏者の弘重俊雄さん(ひよこバン

ド)にも、盛り上げて頂きました。参

加者の大半は秦野市の方々でした

が、横浜市や福島県からも視聴して

頂きました。

## 体験発表・質疑応答

恒例の体験発表は、「お金ってどうしてる?」「病

気とどう向き合っている?」について、鼎談(ていだん)でい

ん)と質疑応答にチャレンジしました。アイデアが読

めるようにスライドを使って、ゆっくり話し合う工

夫をしました。司会の尾山さんに意見を引き出して

頂き、6名のピアサポーターが手元のリソースを

活かしながら、地域社会に根差しているのが伝わっ

たと思います。2名の新任ピアサポーターも、「緊

張症の克服に向けての一步になった」「初の大きな

イベント参加が出来て良かった」と、満足な笑顔で

感想を述べていました。また、「人間関係のこと」や

「恋愛・結婚、子育て・介護のこと」等にも興味

があると云った声を、参加者の方々から頂きました。

## 当事者演奏会について

弘重俊雄さんには、オリジナル曲

「タイムマシンがあつたら」とビー

トルズの「All My Loving」を演奏して

頂きました。アコースティックギター

とハーモニカの音楽で、緊張続きだっ

たピアサポーターも和んで、皆で踏み

出した”もう一步”を思い出に留めま

した。オンライン形式の利点は、録画

したものが正に「タイムマシン」と

なったことで、既に来年に向けて発進

しています。



## 参加したピアサポーターより

今年からピアサポーターとして活動して

いる小原と申します。今回は初めてボイス

ピアに参加しました。感想としては、大成

功に終わったなという気持ちです。しかし

自分は人前で話すことが苦手ですと、ボ

イスピアで上手く話せるかなと心配でし

た。自分の話す時がきた時、心はドキドキ

でしたが、何とかクリアして次の質疑応答

ではスムーズに話すことができました。人

前で、緊張してしまう人はまずはそのよう

な場面になれることが大切で、大きな緊張

が一番最初に来るみたいです。

後は、緊張する場面から逃げても良いですが、少しずつ

そういう場面に挑戦していくと良いみたいです。今精神的

に悩んでいる人がたくさんいると思います。ピアサポータ

ーは皆さんをサポートすることは出来ますが最終的に良く

するのはみなさん自身の力です。病気の治し方もさまざま

だと思います。自分流で良いので病気を治してください。

きっと病気は良くなりますよ。大丈夫です。

## 総括

皆さんの多くが、「もういい加減にコロナ、終わって

よ！」と実感されているでしょう。来年こそ、私達も

皆さんと触れ合える対面形式で、第4回ボイスピアを

開催出来るよう願っています。また、最後になりました

たが、いつも運営担当に徹して下さい、ばれっと・は

だの職員の皆さんに感謝しております。(文：綾部)

お問い合わせ先

秦野市地域生活支援センター ばれっと・はだの

TEL 0463-80-3294