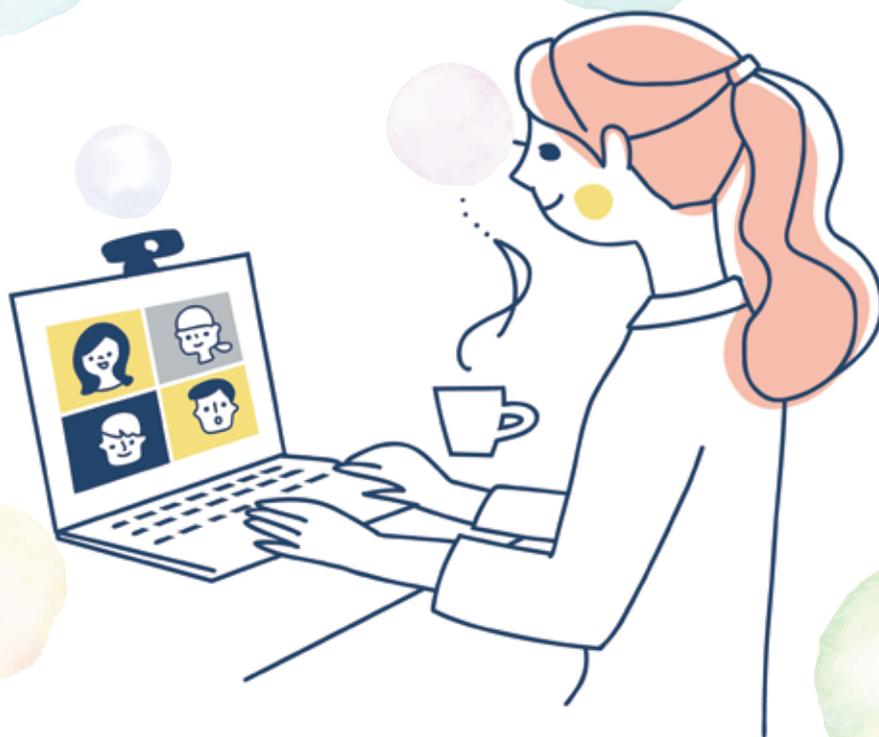


愛知県難病団体連合会 主催

令和3年度

# 難病ピアサポーター養成講座 感想・質問集



主催・お問い合わせ

NPO法人 愛知県難病団体連合会

☎ 052-485-6655

✉ [ainanren@true.ocn.ne.jp](mailto:ainanren@true.ocn.ne.jp)

詳しくはWEBサイトへ ▶

愛難連



# ピアサポートとは何かをもう一度理解しよう

浅野 正嗣 先生

(ソーシャルワーカー・サポートセンター名古屋)

## 感想

浅野先生のわかりやすい講義と当事者の皆さまの貴重なお話を伺い、理論と実践が結び付くような感覚を得ました。貴重な経験をさせて頂きありがとうございました。とても勉強になりました。それから事務局の皆様、私の機械操作の不手際から、お手数をお掛けしてしまい申し訳ございませんでした。とても助かりました。ありがとうございました。

音声が届かない状態での参加で、ご迷惑をおかけして申し訳ありませんでした。今回はこのような事が無いようにします。

難病のことを、全く分からないのに参加させていただき勉強になりました。ありがとうございました。

参考になりました。勉強不足なので、対人援助の基本原則の各説明の言葉が難しかった。皆様、日曜にもかかわらず参加され意識が高く、そういう方がたくさんいることを知れただけでも意義深かった。今回は導入部分みたいなので、もう少し詳しく勉強したいです。オンラインは気楽に参加できるので助かります。ありがとうございました。

いろいろな立場の方が参加されていて、難病患者の方のピアサポートに関心を持っておられるということが分かりました。

まだ自分が具体的に何かお役に立てるか、イメージできていませんが、気持ちだけでなく、こちらの講座でしっかり学んでみたいと思います。

ありがとうございました。難病のお客様にもこちらのチラシをお渡ししてお誘いしましたが、本日はいらっしゃっていませんでしたのでお申込みにならなかったようです。ZOOM できるので、ご自宅からいかがですか？とお誘いしていました。支え合う意味からも難病の方が参加されるといいと思いました。もともと支援が必要な方だと、他者に向けての支援はなかなか難しそうだという印象を持ちました。

本日はありがとうございました。

私は難病には当てはまりませんが長期療養者です。

自身がピアサポーターに何度も支えて貰いなんとかここまで来たので、(軽い気持ちで受講してしまいましたが)とてもよい学びの機会を頂きました。大きな病気をしたら、元の生活に戻して貰いにくい、と言うのが私の実感です。自分がなんの助成を受けられる権利があるのか、受けられるかも知れないというアイデアを自分がもたなければ、誰かが教えてくれるわけではありません。病気とともに、何をどこから探し出すべきか、まずそこから一人ではじめなければならないのが現状です。仕事も、健康な人と比べたら使いにくいのは明らか。また、世の中 [らしさ] を求める傾向があります。病人は病人らしく。しおらしく。でも、病気になったとしても自分のキャラクターを押さえて、いきることは息苦しい。余命宣告されている方が、元気にブログ投稿すれば、批判炎上されてしまう。余命宣告されているのに、障害年金が通らないなどなど。まだ日本は、なんと余裕のないことよ。とため息をついてしまいます。緩和ケアのことを知らない医療者。緩和ケアで、医療者の言葉で逆に傷つけられてしまう事だってあります。せめてこれからの私に出来ることとして心理的支援は、理解出来るといいなと思いました。配布資料の心理問題に述べられている項目については、実感としてわかりました。大病経験者として、次の経験者に恩送り出来るように、体系的に知識の準備が出来たらいいなと思います。勉強熱心な専門職の方もたくさん居られんだと、改めてとてもうれしく頼もしく感じました。ありがとうございました。

## 感想

浅野先生に初めてお会いして、先生の暖かいお人柄に、安心して受講出来ました。有難うございました。こうして、医療関係者だけでなく、患者さん、ご家族、支援者が一同となって受講することは、大変意義のあることだと感じました。それは、それぞれの立場から、真摯な意見を聴く機会になったからです。岡村理論を振り返り、今の私は7つの基本的欲求が全て満たされていて、生活上の困難が1つもないことを自覚しました。ならば、世の中に恩返しをと、改めて思うことができました。地域での、民生児童委員を今まで以上に努めようと思います。

"患者がかかえる問題等について学ばせていただきました。なお、指定難病は、大変多く病名はもちろんのことその症状、それぞれの病気で個別にかかえる課題を理解することは、難しいと感じました。それらを理解するには、声にしっかりと耳を傾けることかなと思いました。(返信が遅くなり申し訳ありませんでした)"

"医療や介護の知識が全く無く、そういった内容の講義に初めての参加だったので、難病の基本的な事を知ることができ勉強になりました。介護や医療制度等自分の今後の課題も、講義を聞いてああそういえばと気付かされる点も多かったです。グループワークは知識が追いつかず、要点を掴むのが少し難しく感じましたが、同グループの方がまとめてくださり助かりました。このような機会を頂きありがとうございました。"

ピアサポートというと、支援する特定の誰か、というイメージでしたが、研修に参加し、もっと身近な人達なのだというイメージに変わりました。例えば、子育て話をするママさんとの何気ない付き合いの中にもたくさんのピアサポートがあるのだと思いました。浅野先生のお優しい人柄の感じられる講義がとても心地よかったです。ありがとうございました。

## Q&A

### Question

ピアサポートを行う場、環境の確保が今後増えていくことが望まれると思います。難病カフェなどの場の提供、資金など、今後の展望として、浅野先生のお考えをお聞きしたいと思います。宜しくお願い申し上げます。

### Answer

難病カフェ、認知症カフェ、がんカフェ、・・・カフェなど地域の人々が気軽に集まって交流できる場があれば、お互いの理解が深まり、支援の輪が広がるように思います。実施主体は社会福祉法人、市町村、NPO、患者会、家族会など様々です。補助金は市町村や企業などによって違いがあります。運営やプログラムなどは工夫が必要かもしれません。難病カフェの詳細については愛知県難病団体連合会の事務局にお尋ね下さい。すでに取り組みされているので詳細などが分かると思います。簡単な説明で恐縮ですが、一層のご活躍をお祈りします。

## 相談者から安心と信頼を得られる「傾聴」など、ピアサポートの実践的知識

山中 亮 先生

(公立大学法人名古屋市立大学大学院 人間文化研究科 教授)

## 感想

ご講義により傾聴・お話を丁寧に伺うだけでも話し手の方が元気になっていただけそうな気がしました。ありがとうございました。

たまにはありますが、利用者さんからの相談や話しを聞く機会があるのですが、今までは意識していなかった事柄について学ぶ事ができたので、今後は会話の中で改めて「傾聴するという事」を意識しながら話して行けたらと思いました。

丁寧に教えてもらい勉強になりました。私は理解力がないので、可能でしたらワークの進め方も事前に箇条書きで配布してもらえれば助かります。大学の先生の貴重な話を聞けるこのような機会を作ってもらい、ありがとうございました。

日頃、仕事で心掛けていることを、改めて整理した形で学ぶことができ、大変有意義な内容でした。ただ、これを実践するためには、繰り返して、実践を通して学んでいくことが求められると思いました。

傾聴の心構えと話の聴き方について、識ることができてとても有意義な時間でした。ありがとうございます。ロールプレイをしてみて人の話を、聞くと言うことが、どれだけ全身的な神経をコントロールしながら集中してエネルギーを使って行う行為なのかと感じた。例えば、話し方一つ取っても、相手とはじめて会う、あったばかりの人の話すリズム、話の構築のくせ、それらを理解するためにも、自分と相手の息をあわせなければ、相手のはなしが入ってこない、実感した。聴き手は余裕を持って接しないと、相手と自分をすこし上の方から見てる自分を、意識しなければいけないと思った。

山中先生、分かりやすい資料と講義でした。有難うございました。聴く7：話す3、の割合納得できました。どうしても、気の利いた答えを見つけようとする自分が居ます、気をつけます。日々、傾聴の機会が多くあり、セルフケアも含めて落ち着いて取り組もうと思いました。

カウンセリングの基礎を学んだことがありますが、ロールプレイを行って、学んでも使わなくては出来ない事を実感しました。相談役では自分が何を伝えたいのかまともらず、聞き役では相槌は打てても、どう言い換えれば良いのが戸惑いました。ロールプレイを行なって、話をする側も集中力がある事に改めて気がつきました。これから傾聴の場面で今回学んだ事をいかせると思います。

実際に話し手と聞き手を体験出来たのがとてもよかったです。想像とは違い、意外と難しく感じましたが、勉強になりました。傾聴という言葉は知っていましたが、現場でも行っているつもりでしたが、改めて学ぶことが出来て良い機会になりました。すぐに出来るようになるわけではないですが、少しずつ習得していけたらと思います。ありがとうございました。

初めて会う人とセッションできてよかった

サポートしている自覚を保ちながら、聴き手になること、タイミング、信頼を得る等々意識することはとても難しく、先入観を持ったまま聴く事の怖さも感じました。普段の生活でも通じる部分もあり、とても勉強になりました。先生が、随所で初めはできなくて当たり前であることを言ってくださったおかげで、肩の力を抜いて講義を受ける事ができました。グループワークでは、お互い意識しながら進める中で、傾聴の難しさを実感しました。今回もこのような機会をいただきありがとうございました。

## Question

自分が話を聞くときに「話しやすい雰囲気」「会話のテンポ」などを意識して来たのですが時にはフランクになりすぎてしまう場合もあります。利用者さんとの適度な距離を保つためには、どのような事を意識して話すのが良いのでしょうか。遠過ぎず近過ぎ過ぎない距離とは、どの程度の事を指すのでしょうか。

## Answer

とても難しい点だと思います。カウンセリングでもいわゆる治療的距離ということがとても重要になっています。友人として会っているのではなく、あくまでもピアサポーターとしてお会いしているという点をまずは意識することも大事なのではないかと思います。言葉遣いから考えてみてもよいかもしれません。馴れ馴れしいフランクすぎる言葉遣いではなく、慇懃無礼とならない丁寧な言葉遣いを意識的に使ってみるということもよいのではないかと個人的には思います。

## Question

初めから威圧的な態度で話してくる方にどのように対応すれば良いのか戸惑います。今は淡々と接するようにしていますが、その対応で良いでしょうか？

## Answer

これもとても難しい問題だと思います。まずは威圧的な態度を示さざるを得ない点を理解するようにしてみることも大事かもしれません。もしかすると人との関係を取る際に、不安がすごく強いために、そのような威圧的な態度で接する傾向がある方かもしれません。威圧的な態度で話されていても、その中になるほどと思える部分が1つでもあれば、それを丁寧に拾っていくこともよいかもしれません。ただし、ピアサポーターとして関わるのに限界を感じるのであれば、担当を別の方に代わってもらうこともお互いにとって良いかもしれません。

## Question

ピアサポーターとして自分と相手の心を護りながらどのように活動したらよいか？相手から一方的にネガティブな感情をぶつけられたとき、自分の価値観とかけ離れた人に会ったとき、相手から刺激を受けて立ち直るのに時間を要するとき。どうしたらよいのでしょうか。

## Answer

これもとても難しく大切な問題だと思います。やはり対人援助の仕事をしていると、こちらにも影響を受けるということは当然ながらあります。ピアサポーターであれば、場合によってはポジティブにせよ、ネガティブにせよとても大きな影響を受けてしまうことがあるのではないかと考えられます。そういう点ではピアサポーターのサポートもとても大事になってくると思われれます。セルフケアの方法をいくつか持っておくことが必要かと思えます。砕けた言い方をすれば、自分なりのストレス解消法というものをいくつかもっておくのがよいかもしれません。また同じようにピアサポートに携わっている知人がいれば、自分の心を守るためにどんなことをしているか、他の人達のストレス解消法を訊いて自分でもためしてみようというのもよいかもしれません。カウンセリングの領域ではスーパーヴィジョンという方法が用いられています。これはカウンセラーが自分のカウンセリングで行き詰った時などに、自分よりも熟練したカウンセラーのところに行って相談するという方法です。こういった方法をピアサポーターの組織の中で構築することもよいかもしれません。

## 難病患者の相談に応じるための社会保障

粕田 剛資 先生

(名古屋大学医学部附属病院 地域連携・患者相談センター 医療ソーシャルワーカー主任)

## 感想

参考になりました。最後にできないことをお願いするときというのは、自分もよく経験することでそう思います。自分が説明する側等の立場もたくさんあるので、もっと意識して対応していきたいと改めて思いました。こういう機会を作って頂きありがとうございました。

粕田先生のお話、分かりますくてとても勉強になりました。ただ、私の知識不足もあり、録画で再度見れないかと思っていたら、同じように思っていた方もおり、対応も可能と言うことで安心しました。環境調整で前に進むことが出来るという冒頭のお話がすごく自分の中でしっくりきました。変化の多い時代でもありますので、常に情報を求めて落とし込み、社会に還元出来たらと思っております。ありがとうございました。

本日はこのような機会を設けていただき誠にありがとうございました。粕田先生のおかげで分かりやすい社会保障制度のお話を伺うことができ理解が深まりました。社会保障制度は医療従事者であってもしっかり理解できていない点が多く、それをどう当事者（患者さま、ご家族様）に伝えていくかということは大きな課題であると私も感じております。現在私はホスピス型の施設で看護師として働いておりますが最近までは急性期病院の脳外科病棟で働いておりました。急性期の環境では目まぐるしく状態変化するなかで家族は金銭面、今後の生活環境など考えることがとても多く、ほぼ病院主体で転院の話をもっていくという現場がありました。理想論ではあるかもしれませんがもっと患者さま主体で決められる、そんな社会がくるといいなと思っています。今後もこのような研修の機会があれば是非参加させていただきたいと思っております。本日はお忙しいなか、講習を開いていただいた愛知難病団体連合会、牛田さま、小山さまにも心より感謝申し上げます。ありがとうございました。

仕事上、制度の名前は知っていますが、人に伝えられるには知識不足で、曖昧に伝えるよりは窓口や担当者を紹介するに終わっていました。今回の講座はわかりやすく良かったです。難病患者さんの中には受けられる制度やサービスを知らない方がまだまだいる現状です。今回の講座を参考に自分でもその人に必要な制度を伝えられるようにしたいです。また、最後に牛田さんが言われた難病患者が通勤するための制度がない。これは当事者目線でないとは分からない事だと気がつかされました。以前から経験の共有が大切だと発信されていますが、こういう事なんだな。と分かりました。このような機会があればまた参加して当事者の方々の経験の共有をさせてもらいたいと思います。今後とも宜しくお願いします。

本日もありがとうございました。障害者総合支援制度や障害手帳など、区別がなかなか出来ず、よく分からなかったのですが、頭の中で整理することができました。難病の方の為だけではなく、自分の為にもなりました。これから少しでも、この知識をいかせるようにしていきたいと思いました。ありがとうございました。

粕田先生、有難うございました。社会保障の詳細な資料と解説、大変勉強になりました。難病患者さん当事者が、あらゆる申請書などを自ら手配するエネルギー、情報には限界があるかと思えます。手助けする人が必要ですね。いずれにせよ、社会保障を受けるには、行動を起こさないと何も進まない。膨大な補償内容に、圧倒されます。一つずつクリアして行けば辿り着くのでしょう。支援のアンテナを張ることから、始めたいと思いました。

制度について幅広く理解することができました。3日間、様々な視点から学ぶことができ、大変よい講座を受講させていただいたと思っています。ありがとうございました。

支援者として社会制度はある程度詳しく知っておかないかと思っていましたが、制度は変更もあるため浅く広く知識で、必要時に詳細を調べて行けばいいと言われ、少しホッとしました。福祉制度の確認が今日の講義でできました。ありがとうございました。

本日も充実した内容で、わからないことがいくつもわかるようになりました。医療費が無料と聞くことはあっても、どういう制度で無料になっているのかわかりました。

私たちのALS難病のひとに、必要な情報発信をしていくのに有意義な時間となりました。ボランティア活動「悩み相談室」も今後さらに大きな輪になるでしょう。今後も参加していきたいので、是非とも招待してください。

複雑な制度を非常にわかりやすく、説明があり、大変勉強になりました。制度が変わるたびにお聞きしたいです。

途中参加でも温かく迎えてもらいありがとうございます。制度的には難しいことばかりだったけどちゃんと目を向けていきたいと思いました。

制度は教えて貰えないとは聞いていましたが、実際にその立場になり実感しています。今回のような講義や、制度についての説明を患者全てにしてくれればいいのかなあと思いました。わかりやすく説明していただきありがとうございました。今回もこの様な機会を頂きありがとうございました。

元々三回目のこの講座目当てに申し込みました。制度ってややこしいです。

今回受講して利用している制度の中でも、知らずに何年も経過していた事などありまして…

えーしらなかった！だれもなにも教えてくれない。ワーカーさんも…。と、びっくりしました。これが制度利用の罫なのよねえと。情報にたどり着けなければ、利用することすらできない。でも、病氣と闘うだけでも精一杯なのに、なんなのよー。と、いう哀しみ。(自己責任ですけど)ピアサポーターとして、なにができるかまだわかりませんが、心のケアはとても難しく繊細なことなので、せめてこういった即時的な情報提供で、機会があれば何かの役に立てたらと思います。全三回、とても貴重なお話しを、きかせていただきありがとうございました。ピアサポーターが特別なものではなく、市民レベルで身近にだれでも相互にできるようになると良いなと思います。講義では足りず、面談の練習などできたら嬉しく思いました。できれば、私のように、何となく受講する人も居るので、グループワークがあることや、感想がシェアされる(?)事などあらかじめ、お教え頂けたらありがたかったです。

粕田先生及びスタッフの皆様方、ありがとうございました。本日の場合は、2時間半から3時間の設定でもよかったのではないのでしょうか。

サポーター(支援者)であるからには、何か少しでも本人の役に立てることがあればと、多くの引き出しを備えておくことが必要でしょうが、ただ、相談支援のプロという立場ではないので、今回の講座の社会保障制度にしても、すべてを理解して、適切に案内することは求められていないと思います。ピアサポーターとして何ができるかという、ベースとなる傾聴の中で、制度なり社会資源なりの話が出たり、困りごとや悩みごとなどを聞くなかで、そういったものが活用できるのでは、とふと思いついたことができるか、そして、そこへつなぐことができるか、その準備をしておくことではないか。そのためには、普段から多くのアンテナを張って学び、情報収集することからはじめていきたいと思っています。



主催・お問い合わせ

NPO法人 愛知県難病団体連合会

☎ 052-485-6655

✉ [ainanren@true.ocn.ne.jp](mailto:ainanren@true.ocn.ne.jp)

詳しくはWEBサイトへ ▶

愛難連

