

# ピアサポ便り

～ピアサポーターの活動を紹介します～



さっぽろ地域づくりネットワーク ワン・オールでは、精神科病院に入院されている方を対象に、ピアサポーターを派遣して退院支援に協力させていただく事業を実施しております。

ピアサポーターの活動をより知っていただくために広報誌を発行しております。

今号についても、パンフレット配布から繋がりを持たせていただいた皆様との活動についてご紹介します。

## <今号の内容>

- ◎相談支援事業所からの依頼
- ◎ピアサポーターの関わり
- ◎利用した相談員さんのインタビュー
- ◎ピアサポーターの感想

## ◎ 相談支援事業所からの依頼

昨年も、指定一般相談支援事業所のみなさまに送付をした、「ピアサポの葉」をみた相談支援事業所から、ピアサポーターの活用について問い合わせをいただきました。

『現在精神科病院に入院をしている、50代の女性。地域移行支援で関わっているが、退院への不安がとても強い』との相談でした。また、本人もピアサポーターに会ってみたいという気持ちがあることも確認しました。

## ◎ ピアサポーターの関わり

・病院、相談支援事業所、ワンオールピアサポーターでピアサポーターの役割を相談。

⇒本人と同じように病気を抱えながらも地域で生活をしている人と話すことで、不安に思っていることが軽くなるかも。

⇒不安な時にピアサポーターはどんな対処法をとっているかも教えてもらえるともよいかも。

以上のような役割で関わって行くことを確認しています。

・その後、コロナ禍のため、リモートにて面談開始（4回実施）

・3ヶ月目から、病院にて面談（月に2回程度訪問）

・6ヶ月目、相談員とグループホーム見学し、退院に向けたカワアルス

・7ヶ月目、退院し、グループホームへ。

退院後の数か月間、ピアサポーターがグループホームに訪問継続。



## 今号の1枚



退院して、行きたかったブランドショップ「ZARA」にピアサポーター活動で行きました！「あった、あそこだ！」

## ◎ 利用した相談員さんへのインタビュー



ピアサポーターを活用しようとした決め手になった理由を教えてください。

相談員だけで支援していても、うまくいかないことが続いており、ご本人が退院したいと思ってくれなかったため、お願いしました。病院も相談員もこの方には地域で生活して欲しいと思っていたので、新たな風を吹かせて欲しいと考え、相談しました。



ピアサポーターを活用した感想をおしえてください。

相談員や病院 PSW とは違った立場で関わっていただき、ご本人にとっても安心材料が増えたのではないかと感じました。地域移行支援も同時にスタートしたため、院外の機関が関わる頻度が圧倒的に増えたので、よい影響があったのではないかと思います。



今後活用する場合に希望することはありますか。

病院からの退院支援に早いうちからピアサポーターと協力して相談に入れるといいなと思います。(退院2ヶ月前とか3ヶ月前とか)皆で退院のことを考える段階から、相談支援事業所と同時期に入れると、その支援がより効果的かと思いました。



## ◎ ピアサポーターの感想～ご本人との関わりを通じて



当初は「病院の生活は安心」「地域で暮らすのは冒険」と話されていましたが、「退院したい」という気持ちと「病院が安心」という気持ちの間で揺れ動いてる様に感じました。面談を重ねていくうちに、待つことが苦手なことを知ります。今までの経験でそうってしまったんだな、という事もお話ししていくうちに知りました。

【食事】がとても重要で退院後の食事も心配。困りごとの相談では「お小遣いで鮭フレークを買うか買わないか」「薬の飲み方について」などがありました。

「GHを見学しても決めない」と話されて見学に行かれたのに、すぐに決めてきました。グループホームの担当者が、「イケメン」だったことが決めてだったようです。「イケメンは資源」という病院の相談員さんの言葉は名言です。退院後に初めてお部屋へ訪問した際には、とびきりの笑顔で迎えてくださいました。気づけば退院して1年弱になります。「スマホの充電が心配」「電話が繋がらないと不安になる」など、退院後もいろいろ苦労がある様子でしたが、持ち前のアイデアを発揮して、苦労に対処しながら、ポジティブさでいろいろなことを乗り越えられて行かれる気がします。

## <編集後記>

今年度からワンオールのピアサポーターをすることになりました。まだまだ分からないことだらけですが早く皆さんのお役に立てるようになれば、と思います。(金)  
今回、記事を作るにあたり、いろんなことを思い返していました。「リモートでも支援できた」というのは、良い経験でした。(鈴)  
挨拶回りへ行った成果の報告です。成果が出るととっても嬉しい。(池)

ピアサポ便利 2023年9月発行  
編集発行/さっぽろ地域づくりネットワーク  
ワン・オール  
〒064-0808 札幌市中央区南8条西2丁目  
市民プラザ星園302号  
TEL: 011(213)0171  
FAX: 011(213)0172  
e-mail: sapporo@one-all.net

