



令和7年度 熊本県ピアサポーター養成研修 つなげる、支え合う。ピアサポーター研修報告



令和7年1月13日・14日の二日間、熊本県庁にて「令和7年度 熊本県ピアサポーター養成研修」が開催されました。この研修に、本センター「基幹相談支援センターアクロス」がファシリテーターとして参加いたしました。

当日は、当事者としての経験を活かして活動する「ピアサポーター」を目指す皆様を対象に、講義やグループ演習を実施。対話やワークを通じて、私たち相談員も参加者の皆様と一緒に、支援の質の向上やスキルアップを図る貴重な機会となりました。

専門職として考える、ピアサポートの意義

「ピア (Peer)」とは、同じ背景や課題を持つ「仲間」を指します。ピアサポートの本質は、単なる情報の共有ではなく、経験に基づいた「対等な関係性」の中での分かち合いにあります。

私たち専門職による支援（フォーマルサービス）は、制度や技術に基づいた「縦の繋がり」に頼りがちです。しかし、ご本人が地域で自分らしく生きていくためには、同じ困難さを分かち合える仲間との「横の繋がり」が欠かせません。今回、アクロスがファシリテーターとして研修に携わった背景には、こうしたピアの力を地域の中で正しく位置づけ、支え合いのネットワークを強固にしたいという願いがあります。支援者としても、ピアサポーター独自の視点を尊重し、共に伴走していく姿勢を大切にしていきたいと考えています。



スタッフのつぶやき小窓



今年度よりアクロスが自立支援協議会の事務局を担うこととなり、私も会議に参加しています。そこで驚いたのは、委員の皆様から溢れ出る活発な意見の数々です。「八代市をより良く、住みやすい街にしたい」という共通の願いが、議論の熱量から真っ直ぐに伝わってきました。今後の協議会が果たす役割に、私自身も大きな期待を寄せています。持ち前の明るさを活かして、八代の明るい未来に貢献できるよう精一杯頑張ります！



春の便り ちょっと困ったムズムズ対策

春の気配を感じる季節になりました。この時期、多くの方を悩ませるのが「花粉症」です。鼻水や目の痒みは、集中力の低下や睡眠不足を招き、日中の活動や気分にも影響を与えます。「たかが花粉症」と我慢せず、早めの受診やセルフケアを大切にしましょう。

- 外出時はマスクやメガネを活用する
- 帰宅時は玄関前で服を払う
- バランスの良い食事と睡眠で免疫力を整える



心も体もスッキリとした状態で、春の訪れを楽しみたいですね。センターの花壇では、パンジーが見頃を迎え、一足早い春の訪れを告げています。



花粉症で少し憂鬱な季節ではありますが、鮮やかに咲き誇る花々は、私たちの心をそっと和ませてくれます。センターへお立ち寄りの際は、ぜひ足元の可愛らしい花々に目を向けてみてくださいね。

1月の活動内容 Main activity

- 10. 24日 あくろスペース
- 13. 14日 ピアサポーター養成研修(基礎編) 企画運営
- 14日 氷川町民生委員・児童委員協議会
- 15日 八代地域災害医療対策会議
- 16日 氷川相談所
- 22日 八代学園事業所内研修
- 22日 障がい者支援協議会 相談支援部会・運営会議
- 22日 八代地域こころの健康希望の会 理事会・新年会
- 26日 アクサポ
- 27日 ピアサポーター養成研修 企画会議

中高生の居場所づくり

あくろスペース

開所日はこちらから確認できます▶

