

ぱる通信

地域精神保健福祉コミュニティ誌

2

No. 237
冬号 2019

特集：仲間との出会いを大切に ～ピアサポートの魅力～



～あなたはひとりじゃないよ～ ピアサポート活動の魅力



社会福祉法人あすなろ福祉会では、平成17年ピアサポートグループを発足しこれまで活動してきました。今月号では、「ピアセンタークロバー」の活動内容や、ピアサポートの魅力についてご紹介していきます。

岡山でもピアサポート活動を活動に関心のあるメンバーで話し合いクロバー発足へ

平成一七年、「ピアサポーターグループクロバー」（平成二六年「ピアセンタークロバー」に名称変更）が誕生しました。あすなろ福祉会では、平成七年の設立当初から、ピアスタッフ数名活躍しており、同じ病を抱える仲間たちの相談活動を中心に行っていました。ピアスタッフの活躍する姿に刺激を受け、今度は、「自分たちが誰かの役に立てるようにになりたい」「力になりたい」という声が、多くのメンバーから上がってくるようになりました。

そこで平成一六年、ピアサポートに関心のあるメンバーで集まり、どのような活動を行いたいか何度も話し合いを重ねていきました。

「仲間が欲しい」「一人で悩みを抱えていてしんどい」などの思いに寄り添い、「ひとりぼっちをなくしていきたい」という願いを、メンバーと共有しました。そのためにまず、ピアサポート活動において大切にしなければならぬことや、ピアカウンセリングの手法を学びたいという意見が出され、初めてのピアサポーター養成講座を開催しました（平成一七年）。

養成講座終了後、ピアサポート活動を行うにあたりグループ名を検討し、「クロバー」に決定しました。四葉のクロバーをイメージし、「みんな

が幸せになるように…」という思いが込められています。あなたも幸せを感じられることによって、ピアサポーター自身も幸せになっていく、そんなグループ活動を目指して、メンバー自身で決定しました。

サービスを受けるだけではなくサービスを提供する存在になりたい



平成一七年以降、毎年「ピアサポーター講座」を開講し、ピアサポート活動を広める活動をしています。病院や地域の事業所などから、ピアカウンセリングに興味のある当事者・スタッフが参加し、今年度で「三回目となりました。延べ二〇名の方が講座を受けられ、「クロバー」にも第一三期生が新しく加わり、新メンバーとして活躍しています。

平成二四年から平成二七年まで「岡山県ピアサポート支援事業」の委託を受け、岡山市外でも講座を開催しました。県北の津山・倉敷・美作、県南の井笠・備前地域にて、出張して講座を行いました。



岡山市外でもピアサポート養成講座を実施。

平成二五年から現在までは、「岡山市主催ピアサポーター養成講座」の委託を受け、講座を開催しています。

「クローバー」でピアサポーターとして活躍するメンバーは、六回にわたる講座を受講後、「ピアセンタークローバー」の面接に合格し、認定を受けて活動しています。

「ピア(peer)」とは、「仲間」「対等」。
私たちが大切にしていること

「ピア(peer)」とは、「仲間」「対等」という意味です。同じ病気を持つ仲間同士、支え合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共感することが出来ます。

「クローバー」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。希望・権利・価値観を尊重し、一方的にサポートするのではなく、自分自分の解決方法を見出す手助けをすることが大きな役割です。そして、お互いに成長できるように活動していきます。

ピアサポート活動紹介

① 来所・訪問・電話相談

「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と思います。そのような場合、自宅に訪問してご相談に応じています。また、電話や来所してのピアカウンセリングも行っています。電話当番のシフトが組まれていて、二人体制で電話相談に応じています。



共感の姿勢を大切に。丁寧な対応が心がけています。

② ピアヘルパー・ピアガイド

「調子が悪くて部屋の片づけができない」「買い物に行きたい」「ちよつと散歩に行きたい」でも、一人では不安・・・そんな時に一緒に掃除や外出する活動をしています。

③ 居場所づくり

「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」が当番制で居場所作りを行っています。来所された方が、「楽しい」「癒される」と思える雰囲気作りを行っています。相談室で電話相談やピアカウンセリングも行います。当番のメンバーは、九時半に「ぱる・おかやま」に来て掃除などの準備を行い、一〇時から一六時の閉所まで、午前、午後交代で担当しています。



「ぱる・おかやま」のメンバーが安心して、ホッとできるような居場所作りを行っています。当番のメンバーが笑顔で迎えます。

④ 講演活動

活動の中心は、病院や学校などへの講演、交流活動です。精神科病院では、精神科医療センター、林病院、今年度から更に、河田病院デイケア、万成病

院でも行っています。また、退院に向けた個別支援も行っています。

中学校の授業の一環として、体験発表や交流活動も行っています。クラス単位、グループ単位など形態は様々です。その他、公民館、愛育委員、家族会など様々な方に向けた講演、交流活動を行っています。



平成29年度、講演・交流会は、毎月5件程度依頼を受け行われています。

⑤ ピアサポーター養成講座開催

年に二～三回、ピアサポーター養成講座を行っています。「クローバー」メンバーが中心となり、講座を進行し新たなピアサポーターの仲間を増やしていく活動をしています。内容も昨年度大きく変わり、年々バージョンアップしています。

毎回の講座の中で、参加者自身のリ

カバリーストーリーを語るという時間をとっているのですが、とても良かったという意見を多く頂いています。リカバリーストーリーを語り経験を分かち合うことで、自分自身を振り返り、気づきを得るための良いきっかけになったようです。

⑥ 自立支援協議会ホームページ管理

岡山市自立支援協議会のホームページの事業所更新をクローバーが行っています。パソコンが得意なメンバーが活躍しています。

⑦ 事務作業

ブログなどでの情報発信、月に一度のミーティングの資料まとめ、シフトの調整など皆で協力して行っています。

⑧ 勉強会

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皆で共有できる会を設けています。スキルアップのために講師を招いたり、自分たちの学びのために現場に伺うこともあります。ピアサポーター同士支え合い、つながりをもてる活動を行っています。



ピアサポートとリカバリー



「ピアセンタークローバー」ピアスタッフ
馬場 律子さん

「クローバー」の活動を始めたのはいつからですか？

平成一八年から活動を始め、第二期生です。私は入院をきっかけに自身のステップアップのため、あすなろ福祉会のMOMOの利用を始めました。

当時、入院した時に知り合った友達と連絡を取り合っていた時、お互いの価値観が違いすぎて悩んでいた時期がありました。今思うとその時の私は友達に対し、自分の価値観を押し付けてしまっていたと感じていますが、相手の価値観に沿って「そうなのね」「こうしたらいいのでは？」ということが出来なくて悶々としていました。

そんな時、「ピアサポート養成講座」が開催されることを知り、特にピアの

サポートというところに惹かれ受講しました。六回の講座がとても楽しくて、終わった後も同窓会をしたいくらいの気持ちになりました。講座の中で自分の意見を出し合い、互いに尊重されている感じがとても印象に残りました。

「どのような活動をしていたのですか？どんな学びがありましたか？」

「ばる。おかやま」の居場所や電話相談の当番に入っていたのですが、傾聴することの大切さを学ぶことが出来ました。

ある女性メンバーとピアサポート関係になったのですが、私が二回目の入院になって気持ちや考えが混乱していた時、「ばるのみんなが待っているよ」という手紙とお花が病院に届いたのです。待つてくれている仲間がいるとうれしくなつて救われました。

私はその時、ピアサポートとは相手を尊重し黒子となつて支えていくことが大切だと思っていました。お互いに支え合っているのだと実感しました。

体験発表では、川崎医療福祉大学での講演に初めて参加しました。その時初めて原稿を書いたのですが、体験がありすぎて、何を選んで話せばよい

のか分からず苦労したことを覚えています。スタッフに相談し、項目を挙げ整理することで、ぎりぎりまで時間がかかったのですが、ようやく仕上げる事が出来ました。初めての講演では、「私の気持ちが伝わったのかな」というのが感想でした。

その後、他の大学や専門学校、病院スタッフ、愛育委員、家族、学生まで幅広く体験発表を行いました。話す内容は、対象の人に伝えたいメッセージを中心にまとめています。家族の人であれば、当事者である自分が感じている思いや、家族にしてもらってよかったこと、困ったことなど、その都度、原稿は書き替えていました。今では講演回数を重ねてきて慣れてきたので、メモを書いて、その場の雰囲気を感じながら話しています。

「ピアスタッフになれたのが平成二三年。ピアサポーターからピアスタッフになったときの気持ちの変化にはありましたか？」

ピアサポーターの時は、役割を感じうれしさもあったのですが、ピアスタッフになつてみないか声をかけて頂き、とてもびっくりしました。元々、ピアサポ

「ター」を始めたと思った時も主治医の先生に相談したのですが、「あなたは向いていない。一緒に溺れてしまう」と反対されたのです。ピアスタッフの声をかけられた時は、さすがに慎重に考えなければと思いました。また、体調が整っていないことや、朝が苦手なことも不安要素でした。

その時に仲が良かった薬剤師さんに相談したところ、「スタッフの手伝いと思つたらいいのでは」と言つて頂き気持ちが楽になりました。以前からWRAPに関わつていたので、あすなるスタッフと共に活動する時間は長かつたのですが、私がやつていることはお手伝いのレベルでした。しかし、薬剤師さんに言われた言葉でほつとして、引き受けることにしました。

「ブレッシャー」などはありましたか？

ばる・おかやまにはすでに、活躍しているピアスタッフがいたので、ブレッシャーは特にありませんでした。

今後欲を言えば、もつとみんなの気持ちに寄り添つていきたいと感じています。今は「クローバー」の活動も増え、「クローバー」の頼もしい仲間たちに任せられるので、大船に乗つた気持ちでいます。自分が引つ張つていかなければと

気負つていた時もありましたが、みんなの力を引き出すことが出来れば最高です。

「ピアサポート」とリカバリーの関係

自分のことを客観的に見られるようになったのは、体験発表で自分のことを語る経験や、安心できる仲間の存在が大きいです。また、自分の世界だけでなくWRAPなどを通じて、スタッフや一般の方の思いなど、様々な角度で話を聞かせて頂く機会に恵まれたこともよかつたと思います。自分が受け入れられた感覚や、新たな気づきがあつたこともリカバリーにつながつたのだと思います。「病氣の人」から「ピアサポーターの木曾（馬場さんの旧姓）さん」として、自分が認められた気持ちになりました。

「これからの目標を教えてください」

ピアサポート活動を頑張つていく中で、私自身も調子を崩してしまいます。その時にどうやつて自分や活動と向き合えるかが課題です。調子を崩しつつも仲間と励まし合い、ピアサポート活動が出来ること、みんなが元気になることがこれからの目標です。

「クローバー」メンバーの声を聞かせてください

「ピアサポート活動を始めようと思つたきっかけは？」

たきつかけは？

○スタッフとの中間に立つて、良く動けるメンバーになりたいと思つたから。
○心の病氣の自分が、心に対して真剣に取り組む、それが仕事になるのが魅力的だから。

○自分が病んでいた時、クローバーのお世話になつたから。私も誰かの役に立ちたいと思いました。

○ばる・おかやまを利用中、たまたまピアサポート養成講座のチラシを見つけた。悩みある人の役に立ちたいと思つた。

「クローバー」の活動をしてよかつたことは？

○どんな自分もメンバー同士で受け入れあつていて、自分が成長し、自信がついた。

○新しい仲間が増え、誰もわかつてくれないという気持ちから解放された。

○ピアサポーターになり、相手を助けることで自分も元気になつた。

○相手の気持ちを考えるようになった。

○心の強さを身に着けることが出来た。
○自分の意見を言えるようになった。
○スケジュール管理が出来るようになった。

○仲間と協力して物事に取り組めるようになってきた

○仲間（ピア）と出会えた。出会いで、人生が豊かになつた。

○深く落ち込むことが少なくなつた。

○知り合いも増え、人生に対して前向きになつた。

○自分のことを分かつてもらえる居場所が増えた。

「ピアサポート活動はあなたにとってどんな意味を持つ？」

○私の元氣の素

○一七歳で発病、そして五二歳の今の自分の集大成

○悩み相談のパイプ役

○生きがい、仕事

「活動中の悩みやストレス対処法は？」

○ノートに思ひのたけをぶつける。
○その場でスタッフと共有して、持ち帰らないようにしている。

「これからの活動目標は？」

○これからも長く活動が続けたい
○何でも相談できる環境を作りたい

亀本龍哉とものづくり ART 工房の仲間たち展 開催



平成 31 年 1 月 29 日(火)から 2 月 3 日(日)、天神山プラザにて「ものづくり ART 工房」の亀本龍哉さんとメンバーの作品展が行われました。会期中約450名のお客様が詰めかけ盛況に終えることが出来ました。

両親は、小学四年生の時に離婚。父親のもとで育てられました。会社勤めのうち、一人でラーメン屋台を経営し、一日一〇〇杯完売させていました(三年余り)。

その疲れもあり発病。福山市内 M 精神科病院に入院となりました(二年)。二〇歳の頃、山頭火「死を生きる」を読み感銘を受けました。

退院後、広島県 S 施設入所となります(三か月)。自力で逃げ出し、倉敷市内の父親の元に戻りました。

その後、飲食関係の仕事をしていましたが、再発。岡山市内 K 病院に入院となりました(一年)。その時の入院中に、作業療法士さんから絵画の手ほどきを受けました。

退院後は、岡山市の現在地に一人暮らしをしています。K 病院のデイケアに通い、好きな絵画を続けていました。

平成一七年からあすなろ福祉会で、陶芸のを知り、通うようになりました。

以後、絵を描き続け、アクリル絵の具のメーカー・リキテックスが主催するビエンナーレに二度入賞しています。平成二五年には県展にも入選しており、ほぼ一六年間に二千点程の作品を描いています。

二〇一三年 県展 入選作品

「モトカノ」

あの人の存在そのものが、僕を傷つける。
僕の魂の底の底に、きれつが生じて、真っ赤に流れている。
いやそうとしても、いやそうとしても、思い出がつのり、ため息をつく。
かつて僕を裏切り、傷つけた、母のように、妹のように、呪われているのだ、僕は。生まれ変わりながらも、僕の面前に現れる、その影におびえ、なつかしがり、たじろぐ。
そして、たえずみながらも、まどうている。
一生涯、目的にたどりつけない、迷路におちいったように、僕の魂の謎を開く扉の鍵と、罰を与えた女。
これは、僕の妄想なのだろうか。



ものづくり ART 工房

亀本 龍哉 氏

昭和 31 年生まれ。岡山市中区在住。倉敷市生まれ、地元小・中学校卒業。県立工業高校建築科卒業。

「亀本龍哉とものづくり ART 工房の仲間たち展」を終えて

無事に展覧会を終えてほっとしています。約四五〇人の人が観にきてくれました。開催にあたっては、あすなろの方に本当にお世話になりました。会期中はあすなろスタッフが支えてくれて本当に助かりました。改めてお礼申し上げます。

会場での自分の絵は、まるでよそ行きでした。仲間たちのお面もユニークでした。次回も又、別のところで開催したいと思っています。

私事ですが、僕は自分の絵を後世に残したいと思っています。運命の神様は微笑んでくれるかどうか。残りの人生にかけています。

これからの大好きな絵を描き続けるつもりなので、よろしくお願います。

亀本 龍哉



調子はえ〜んじゃフェスティバルに行ってきました！



平成三一年二月九日(土)に

百花プラザで行われた「調子はえ〜んじゃフェスティバル2019」に参加しました！今回のテーマは「つたえたい ところから ハンパだっというじゃない」というテーマでした。

あすなろからは、二十名以上の方々が参加されました。メンバーとスタッフのうち数名は実行委員にも加わっており、当日も一緒にイベントを盛り上げました！

メインステージの多目的ホールでは、ピアノ演奏、ヴァイオリン演奏、ドキュメンタリー映画「ありがとう3」わたしたちの生きる場所」の上映、映画「ありがとう」に出演された方々のシンポジウム、パンフルート演奏、来場者参加型イベントのミニスピーチが行われました。

各ブースでは、来場者が集まり、気軽に交流できる「交流スペース」、アート、さおり織り、陶芸など個性豊かな「作品展示」、おいしいお菓子やパン、かわいい雑貨などを出店する「マルシェ」も開催されました。

た！

また、今回のテーマに関連して、受付では「ハンパだっというじゃないシート」が配られ、自分のとっておきのハンパを紹介・自慢を書いてハンパボックスに投稿するというおもしろい企画も行なわれました！当日は、ミニスピーチで壇上に上がり、自分の思いを語られる方もいれば、交流スペースに立ち寄って話をする方、マルシェや展示を楽しむ方もおられました。参加されたメンバーから「来てよかった」との声を聞くこともできました。実行委員として参加されたメンバーは、企画の段階から参加し、交流スペースの進行補助、来場者への声掛け、ステージの進行補助など各ブースで役割を果たしていました。

いつもの活動場所から離れた場所でも、あたらしい出会いや交流ができたと思います。多様な活躍の場、交流の場がある良さを感じられた素敵なイベントでした。実行委員として活躍された皆様お疲れ様でした！



好評！クリエイター集団 MOMO！

MOMOでは今回新しい商品づくりに取り組みました。クリエイター集団MOMOとして作った一筆箋を始め、ペンケースにメンバーさん独自の感性で色や模様をつけたもの、その他いろんな布をつかった布テープや陶器で作った画びょう、マグネット、個性にあふれた雑貨はオンリーワンの商品として興味を待たれたお客様もいらっしゃいました。

今回MOMOでは商品を作るだけではなく、たくさんのメンバーさんが販売員として参加しました。年間を通して何度も接客を重ねてきたメンバーさんはお客様への商品説明も上手になり、楽しん接客をしていました。

販売の仕事だけではなく、ステージを見に行き刺激をうけるなど、みんな調子はえ〜んじゃフェスティバルを満喫して帰る事ができました。



家族会も出店したよ☆



あすなろ家族の会も調フェスに参加し、おでんやぜんざいを販売しました。前日から大根やこんにやく、たまごなど約200人分の下準備を行いました。大根は各家庭で育てている新鮮な大根を持って来てくださり、「売れたらみんなで美味しいもの食べに行ったり温泉行きたいねえ」なんて話も出たりと、お喋りしながら楽しく準備をしました。

当日もたくさんのご家族の方が参加されました。販売をしながら、ホールで行っているイベントも見に行ったりと楽しく参加することが出来ました。たくさんの人が買いに来てくれて、たくさんの人とつながることが出来た良い日になりました。



せおやちやでます！

せお ya は、料理を楽しみたい人、食べることを楽しみたい人が自由に参加出来る活動です。今回は関西風お好み焼き、焼きそばを作り、アツアツ、フーフーしながら楽しく食べました。

せお ya では、料理を通じて交流を楽しむことを目指しており、料理の出来より、一人一人が自立してみんなと同じものを作り上げて頂くことで「つながり」という気持ちに気づく場所を作り上げています。

せお ya は利用者一人一人の気持ち大切に、会に参加している時は、自分が今、何をするべきかを養える時間になったらと考えています。「今を大切に生きる」この気持ちを大切に、活動を行きたいです。

今回は二月二〇日（水）です。ぜひご参加ください。



大根抜いて、漬物作り！

昨年12月7日にスタッフの知人の方の畑をお借りして大根を抜きに行くレクリエーションをMOMOメンバー、スタッフが参加し、総勢9名で行いました。

立派に育った大根畑で、抜き方を教えていただきながらおよそ50キロの大根を収穫させていただきました。最初はみんななかなか抜くことができませんでしたがコツをつかむと少しの力で抜くことができるようになりました。気持ちよく収穫を終えた後は芝さんの特製弁当をお腹いっぱいいただき、大満足の日となりました。

抜いた大根は後日みんなで皮むきを行い、1週間塩漬けした後、ホワイトリカー、お酢、砂糖、柚子や昆布で漬け込み約1か月寝かした後、おいしい漬物に仕上がりました。出来上がった漬物はあすなろメンバーやスタッフで持ち帰り、ごはんのおともになりました。



今後も不定期で開催予定です。ジョブゼミ情報は各事業所の掲示板をごらんください★

ジョブサポートセンターあすなろでは、不定期で「ジョブゼミ」を開講しています。ジョブゼミは、表町商店街で実施されている「まちゼミ」を模した、ジョブメンバー有志の特技や趣味などを活かした少人数形式のゼミです。当日のゼミ運営はもちろん、企画会議をして日程調整、チラシやレジュメの作成などを行います。



ジョブゼミ開講！

山ボラ♪ 山ボラ♪ 山ボラ♪ 山ボラ♪ 山ボラ♪ 山ボラ♪ 山ボラ♪

あすてつぷで山ボラボランティアに行きました

二カ月に一度、瀬戸内市にある『邑久自然教育の森キャンプ場』近くで実施されているボランティア活動に参加しています。

午前中は、砥石山城後周辺の木や枝を一所に集めるという活動内容でした。皆さんは砥石山城をご存知ですか？戦国時代に岡山で名をはせた宇喜田直家ゆかりのお城です。現在は城跡と城壁の一部が現存しています。昼食休憩も、砥石山城跡地でとりました。宇喜田直家も眺めたであろう見晴らしのいい景色を目の前にした昼食は、とてもおいしかったです！



午後からは、ボランティアさんに宇喜田直家ゆかりの地をガイドしていただきながら周辺を散策し、下山しました。その後は、竹割体験をしました。なたを使う機会も現代ではめったにないので、とても貴重な体験となりました。参加者の中にはさえばしやペン立てを作って持ち帰る人もいました。次の活度は三月です。桜が咲く季節の山ボラも楽しみます！

一月二六日(土) 第四回たまりば研修会を開催しました。

今年は「自分らしく働く、働き続けるために私たちのできること」をわたくしらしく きらりと生かす」というテーマのもと、開催しました。

当日は、小雪も舞う寒い日でしたが、沢山の方に足を運んでいただきました。岡山市からの事業説明、たまりばからの事業報告、そして、メインである講演としてスターバックスコーヒージャパンの皆さまからそれぞれのお立場からのお話しを頂きました。ご講演いただいたお話しの中で、「お互いに心から認め合い、誰もが自分の居場所だと感じられるような文化を作る(抜粋)」というスターバックスさんの「our value (共有したい価値観)」とそのための具体的な取り組みやエピソードを伺う中で、この会のテーマにも掲げた「わたしたちができること」について考えるヒントがあったように感じます。お互いに認め合うということは、なかなか簡単に出来ることではないと思うのです。そこには、意見の違い、考えの違いを超えて、お互いを理解したいと思う気持ちと具体的な行動が求められます。時には衝突や違和感も伴うかもしれませんが、そこに向き合ってい



たまりば研修会

く勇気も必要なのだと思います。

後半でのシンポジウムでは、企業・働くご本人・たまりばスタッフの方々に「自分らしくきらりと生きる(働くとは)」というテーマでお話しいただき、会場からもたくさんのご質問や感想をいただき、ご登壇された皆さんと、お越し下さった皆さんと一緒に温かな時間を分かち合えたのではないかと感じています。働くご本人からの報告にも、仕事でイライラしてしまったり時は、素直に謝り自分の自身の行動を変える努力をする、との言葉があり、日々の仕事との向き合い方、人との関わり方についても考えを巡らすことができた機会だったのではないのでしょうか。

更に今回は初めての試みで、普段たまりばを利用されている登録メンバー有志の皆さんに当日運営にご協力いただきました。司会や受付補助、会場内の環境維持に力を発揮してくださり「きらり」と光る皆さんを感じる機会にも出会えました。

今後とも、たまりばへの一層のご関心、ご協力をお願いすることにも、ご登壇いただいた皆様、ご来場くださった皆様、関心を寄せてくださった皆様に感謝申し上げます。



リカバリーカレッジOKAYAMAの開講式が一月二二日(土)にありました。

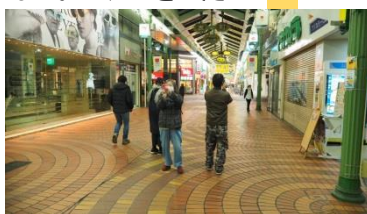
リカバリーカレッジOKAYAMAでは、個人的なメンタルヘルスの課題からのリカバリー(回復)に役立てるために、HOPE(希望を感じる講座)三講座六回、CONTROL(自分の主導権を握るための講座)一講座二回、OPPORTUNITY(次の一歩を踏み出すための講座)四講座・六回の講座が三月二日まで行われます。

一月二三日開催の「フोटリカバリー」は、表町商店街アサノカメラで定員いっぱいの中行われました。撮影のコツをプロから学び、どんな写真が自分にとってのリカバリーなのかを仲間と語りました。受講生の感想は、「カメラの使い方に驚きました。今まで知らなかったカメラのことが分かってよかった」「ワクワクしました。ほかの方の写真も見せていただくのも楽しかった」「他の方と比べるのではなく、これからも楽しみたいと思いました。」「フोटリカバリーは簡単にできて、リカバリーのための一つの良い手法だと思いました。」と好評でした。

リカバリーカレッジ

一月二七日のリカバリーカレッジ公開講座では「家族・私たちも知りたいお金の話し 将来のライフプランを考えよう」と題し、東京から浜田裕也先生(社会保険労務士・ファイナンシャルプランナー)をお招きしご講演頂きました。親亡き後、お金はどのくらい必要なのか、将来に向けて何を準備していけばいいのか、兄弟姉妹、家族になんて話せばいいのか、そんな自分自身のことや家族の不安に対処するために今から将来のためのお金の管理方法を講義とグループワークで学びました。グループワークでは、将来の家族の財産と当事者の収入で、お子さんが亡くなるまでお金がもつのか? お金が底をつくとしたら、今から何年後か? という見通しを立てる『キャッシュフロー表』を、事例を元に作成しました。

今後の予定は、今夏にリカバリーカレッジ本場のイギリスからトレーナーをお呼びして講演会を開催し、その後リカバリーカレッジ秋期講座を開催するとの予定となっています。こころの期待! (リカバリーカレッジOKAYAMA事務局)



投稿・募集
コーナー



「続失デビュー11周年」vol.14 ふじ一歩

退院したての頃は焦っていた



家を出んと!



働かん!



自立するのが
そんなに大事?
力を合わせて生
きていけばいい
が



保健所の捨てられた動物の飼育所を国が作ればいいと思います。
飼育所の飼育員も募集すれば雇用になるし需要はあると思います。
後々は飼育学校なども作り民間企業に委託すれば経済活性に繋がると
思います。
ペンネーム らぶあにまる



はるっこ広場
ぱるる

「広場」



↑ ENDLESS HISTORY

立春を祝いて

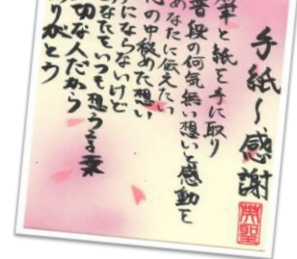
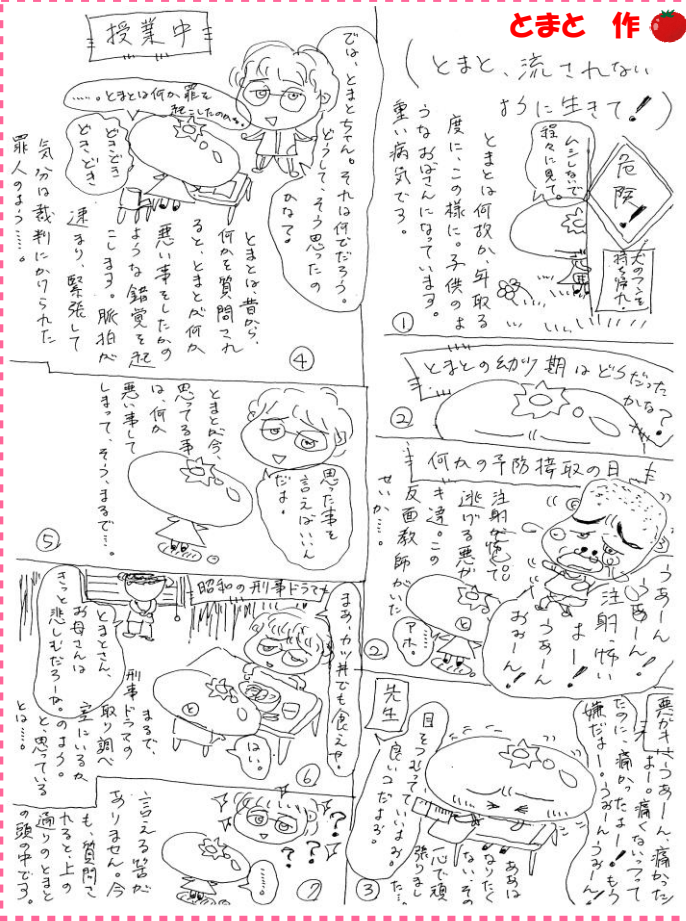
英聖 作



手紙〜感謝〜

英聖 作

とまと 作



古楽日和

11月24日

藤井 健喜

長い間、日本製の製品は品質が高い、といわれてきた。しかし最近になって、筆者はじつはそうではなかったのではないかと、思うようになった。元々、日本の製品は品質が低かったのではないのだろうか。

その理由を簡単に述べる。仮に品質が高ければ、その価格が高くて、富裕層には売れるはずである。その富裕層に的を絞って販売していけば、充分に企業は収益をあげることができたろう。これが理由である。

ところが実際はどうか。つまり富裕層にすら売れないがために、企業は収益を上げることができていないのではなからうか。これは要するに、品質が低いということだ。貧しい人は、収入が少ないがために、安い商品を買う。であるならば、品質が低くてもより安い商品に手を出す。日本の会社はそこに向けて、販売をしている。だとすれば多くの日本企業が、はじめから品質の高い商品や製品を生み出すノウハウなど持っていなかったのだとしても、なんら不思議はない。

貧困は、昔からこの国を覆っていたのである。それを、高度経済成長だとか、一億総中流だとかいって、言葉でごまかしていただけなのだ。日本企業の労働生産性が低いのは、それだけ日本には、知識や能力の乏しい人が大勢いるのだということだと思う。だから給料も上がらないのだ。こんなことを書くとか批判されるかもしれない。しかし現実には、おそらくもっと残酷なのだろうと思う。