



新年あけましておめでとうございます。

クローバー便り

第1号



クローバーの紹介

私たちピアセンタークローバーは

岡山市で17年間、精神障害をもつ仲間たちによるピアサポート活動を実施してきました。

ピア(Peer)とは「仲間」「対等」の意味です自分の経験をもとに精神疾患を抱えている仲間を励ますため、また精神疾患の理解を広めるために活動しています。

私たちクローバーは精神疾患のある人と共に支え合いながら成長していく事が使命だと思っています。

現在は主に「地域活動支援センターぱる・おかやま」のサロンをスタッフと一緒に運営しています。

今後は、地域に根付いた活動もしていきたいと思っています。

クローバーちゃん



作 ひよ

新年明けましておめでとうございます。
ピアセンタークローバーおりつさんです。
クローバー便りを手に取ってください、
ありがとうございます。ピアサポートという
活動を通して私達自身が癒やされてます。
そんな私達の活動の雰囲気が伝わればと思
います。現在活動しているメンバーは約20
名。今回紹介されたメンバーも活動の他にも
徐々に紹介できたらと思います。それでは次
回のクローバー便りでお目にかかりましょう。
byおりつさん♥

呼ばれたい名前 せおさん
ピアソーター歴 10年くらい
趣味 囲碁、将棋、料理（ナポリタン）、テディベア作り
一言 アバンギャルドな人生を生きています
クローバではどんなことをする
電話

呼ばれたい名前 いちさん
ピアソーター歴 5年くらい
趣味 映画
一言 楽しい年にしよう
クローバではどんなことをする
木曜市 図書館サークル

呼ばれたい名前 えいたろうさん
ピアソーター歴 8年くらい
趣味 本、絵、おんがく
特徴 向上心がある、笑顔がある、ポジティブ、幸福を与えるお手伝いをする仕事をさせて頂いています。
一言 人生を楽しく明るい未来を、楽しく朗らかな人生を
クローバではどんなことをする
居場所当番、英太郎の部屋 派遣の仕事

クローバーの メンバー紹介

呼ばれたい名前 よみさん
ピアソーター歴 2年くらい
趣味 観葉植物を育てる、音楽鑑賞（洋楽、R&B、歌謡曲）
一言 楽しい年にしよう
クローバではどんなことをする
ぱる・おかやま内で主催サークルを企画している
まんぷくサークルinよみ（メンバーさんと一緒に作っているよ）
アートサークル メンバーさんと一緒に手芸など四季おりの作品づくりしている。

呼ばれたい名前 ぼうさん
ピアソーター歴 5年くらい
趣味 アニメを見る 映画を見る パソコンをする 本を読む
一言 生きててよかったですと思える人生を！
クローバではどんなことをする
電話相談、ピアカウンセリング、講座など

呼ばれたい名前 ひよちゃんorひなちゃん
ピアソーター歴 13年くらい
趣味 最近は絵を書くことにはまっています。音楽を聞くことも好きです。
一言 何ごとも、学びだなあと感じています。全ての経験が生かせるのがクロバーピアのいい所だなと思っています。
クローバではどんなことをする
午前中をメインに居場所の当番に入っています。

5年ぶりの開催!!

～あずましい会にしょーやあ～

今年度のピアサポート活動報告会を共催しました

社会福祉法人あすな福社会 主催
岡山市精神障害者ピアサポート活動委託事業

活動報告会

～あずましい会にしょーやあ～

ピア(peer)とは、「仲間」「対等」という意味。岡山市を中心に、同じ病気を持つもの同士、支えあって障害を乗り越えていくことを目的にピアサポート活動を行っています。

今回の活動報告会は北海道ピアサポート協会から講師をお招きし、県外のピアサポート者がどのような活動をしているのか、一緒に活動しているスタッフさんなどどのような思いを持ってピアサポートしているのか伺うことができました。また、岡山市の行政報告や、岡山県内のピアサポート活動の状況を聞くことができ、大変勉強になりました。

私たちと一緒に活動している、岡山市ピアサポートの体験発表もあり、普段聞くことがなかった話をきけ、よりメンバーのことを知ることができました。

☆コーディネーターへのインタビュー☆

Q: 4年振りの報告会開催ですが、どんな思いで開催しましたか？

A: コロナ禍で、ピアサポートが重視している直接対話をリモートで行ったり、県外活動が制限される等様々な制約を受けました。世の中が元の生活に戻りつつある今、直接会って対話する、つながりを大切にするといったピアサポート活動をする上で大事にしていたものを再構築するために、元気をもらいたい、そしてワクワクした気持ちをもって活動をしていきたいとゆう思いで開催しました。

Q: 無事報告会を終えてどうでしたか？

A: ピアサポートの強みになる会ができると思いました。
ほっとしている反面、ピアサポートや参加者がどう思っているか知り、それを生かして次に繋がる何かをしたいと思っています。

　　インタビュアー：ぴかりん コーディネーター：まるさん

☆ピアサポートへのインタビュー☆

Q: 当日はどんな感じでしたか？

A: 自分は大人数が集まる場は久々なので変に興奮しました。

Q: 準備段階で感じた事はありますか？

A: 当日まで何回か練習した時の感覚を覚えています。今回の報告会の発起人はコーディネーターだったのですが、コーディネーター達が頑張っている姿に私の気持ちもマッチで火をつけられたようにアグレッシブに燃え上りました。

Q: この報告会が今後どんな影響をもたらすと思いますか？

A: このような場が開催される事により、私達の当事者活動はプラスアップされ日々の目をみるように感じました。毎日の小さな積み重ね(草の根運動)がいずれ社会変容する大きなうねりの一部になる事を願っています。

　　インタビュアー：ぴかりん ピアサポート：ようようちゃん

クローバーも活動報告をしてきました！

約20年前からクローバーは全国でも先駆けてピアサポート活動に取り組んでいます。

様々なピアサポート活動を通して自分たちも元気になれている今の私たちの想いを伝えることができました。



☆参加者へのインタビュー☆

今回の報告会へ参加した感想を聞かせてください!

北海道の取り組みが興味深かったです

グループワークがうまくいかず不安だったけど無事終わってよかったです

人との繋がりを大切にしたいと思いました

岡山県内のピアサポート活動を詳しく知れて勉強になった

実際に活動しているピアソーターの声が聞けてよかったです



接待係作 「水ようかん&シフォンケーキ」

北海道はあずきが有名なので、あずきを使った水ようかんと、岡山県産の高梁紅茶をつかったシフォンケーキでお招きしました!

～居場所づくりの活動を紹介～

アートサークル編



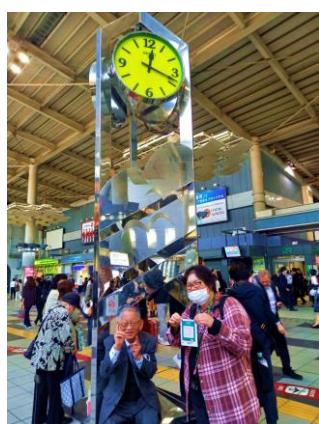
みんなと一緒に
ソックスモンキー作りました！

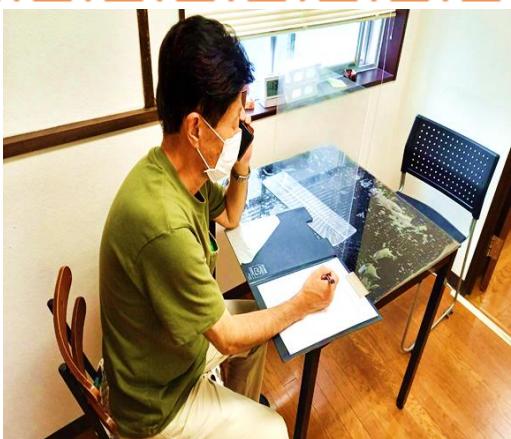


リカバリー全国フォーラム2023.10.28 10.29

ぴか：2泊3日で東京へ行つきました!!1日目に東京観光で渋谷と銀座に行きました。2日目と3日目にリカバリー全国フォーラムに参加しました。交流会では横のつながりができました。全国のフォーラム参加でいろいろなものを得ることができ良かった思います。

えいたろう：私達は色々なことを学びました。未来のリカバリーのありがたさを感じ、考えることも気づいたことだと思います。参加できて、私は幸せです。人はみんな未来のことを考え人生を歩んでいきます。リカバリーは未来へすすんでいくと思います。ありがとうございました。みなさん、これからもよろしくお願ひします。





相談電話の紹介

傾聴と共感の姿勢を大切に丁寧な対応を心掛けています。

いつでも連絡お待ちしております。

Tel : 070-5305-5975

(AM10時～11時50分 PM1時～2時50分)

居場所づくり

地域活動支援センターぱる・おかやまのサロンをスタッフと一緒に運営しています。

メンバーさんが安心して、ほっとできるような居場所作りを行っています。

自他共に楽しい時間を作れるように努めています。



こんにちは。ぴかです！

編集長の一言

この度、クローバーの宣伝の一環として、広報紙を作ることにしました。
一人でも多くの方に、クローバーの活動の事を知って頂けたらと思っています。
応援よろしくお願ひします！！（校正編集 ぼう）



ブログ



インスタグラム

チェック
してみてね♪



時々カフェ
しています♪

お問い合わせ

岡山市北区表町3-7-27

社会福祉法人あすなろ福祉会

多機能型事業所 ピアセンタークローバー(就労継続支援B型)

TEL: 070-5305-5975 Mail: clover.asunaro@gmail.com

