

ピアサポート連絡会 便り

令和6年8月号



こんにちは、ピアスタッフの石川です。暑い日が続き、毎日のように熱中症警戒アラートが出ている中、私も熱中症に気を付けようと思います。

さて、7月のピアサポート連絡会には、前段で話したように大変暑い中、20名の参加があり、大変嬉しく思っています。

私の加わったグループは近況報告の中で、3人のお子さんを育てるという大変な役割を担っている方の話がありました。一番下の男の子が、整理整頓が苦手らしく、何でも道具箱に入れてしまうという癖があり、色々考えた挙句、週1道具箱を一緒に見るという「約束」をしたら、今度は自主的に「道具箱を整理したよ」と報告してくるようになったそうです。

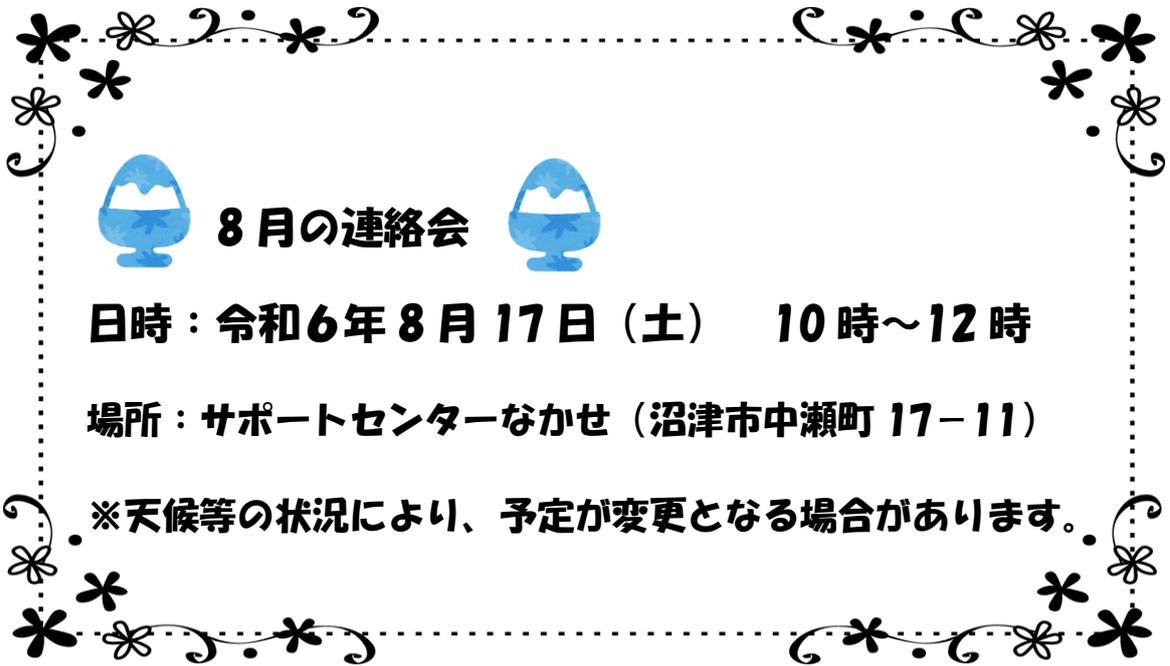
また、ある方は、実は主婦業を非常に頑張っている方であり、特に料理に関しては、別格のノウハウを知っていて、楽にハンバーグを作る技などを持っている事が判明し、私は、ただただ尊敬の眼差しで見えてしまうばかりでした。

今回から「3分間トーク」を行いました。3~4人のグループ内で一人ひとりが順番に自分の事を自分の言葉で語り、周りの人がそれを傾聴しました。このトークを繰り返すことによって、これから、例えばピア活動場面において、「話す」、「聴く」という行為自体が、意義を持ってくるのではないかと思います。

私のグループでは意外と面白かったけど、時間が短くい所で話が終わってしまい残念だったという声が聞かれました。他のグループはどうだったでしょうか？また、素直な感想をお聞かせ下さい。

私が「3分間トーク」で、話した事は、腰が痛いので整形外科にかかっていたのですが、その病院では腰のストレッチばかり行って、いつまでも改善しないので病院を変えてみたところ、腰の神経から来ている事がわかりました。やはり、痛い箇所を部分的に診るのではなく、大きな視野で見えていく事が大切だと話させてもらい、これはあらゆることでも大切ではないかとまとめさせてもらいました。

まだまだ暑い日は続くでしょう。皆さんスポーツドリンクなどで水分補給をし、熱中症に気を付けて下さいね。また、来月皆さんにお会いできる事を楽しみにしております。



8月の連絡会

日時：令和6年8月17日（土） 10時～12時

場所：サポートセンターなかせ（沼津市中瀬町17-11）

※天候等の状況により、予定が変更となる場合があります。

ピアサポート連絡会について

- 各自感染症対策（体調によって出欠席の判断、マスクの着用等）へのご理解、ご協力をよろしくお願いいたします。
- 午後は「ぽれぽれスペース」を開催予定です。主催者の石川がお待ちしております。参加希望の方は、13時にお集まり下さい。

ピアサポート連絡会事務局

《連絡先》

サポートセンターなかせ（鈴木、石川、山崎、山下）

（電話）055-935-5680

（FAX）055-935-6150

（メール）cent-nakase@fukkou-kai.jp

*なかせの場所が分からない方は

上記連絡先にお問い合わせ下さい

