

# 精神障がいのピアサポーターを 活用してみませんか？



米子保健所に登録されている精神障がい者のピアサポーターは、令和6年度末時点で合計27名になります。

20～60代、男性・女性、疾患（統合失調症、うつ病、解離性障害など）、いろいろな方が活躍中です！



## 体験談（リカバリーストーリー）の発表

いつものデイケアも、特別な交流会も、ピアサポーターが発症時の症状、入院生活や治療、退院後の生活（福祉サービスや就労）など、ピアサポーターの体験談をお話しします。

例）生活訓練利用者へ、病気との付き合い方を講演。



## 精神障がいの理解促進・普及啓発

ピアサポーターがこれまでの経験や今の生活など幅広くお話しします。

住民向け講演会、職員研修などいろいろな場に伺います。



## 面会、面談による患者との交流

対象者1人1人に合わせて、ピアサポーターが体験談をお話ししたり、質問にお答えします。

大人数が苦手な方、何かに特化した話が聴きたい方にオススメです！



## ★ピアサポーター活動の効果

地域で暮らす  
当事者の  
ロールモデル

共感力が高く  
ニーズ把握が  
しやすい

体験に基づく話  
からはヒントが  
得られやすい

家族・職員の  
障がい理解の  
促進



# 地域支援者のみなさまへ

## ★米子保健所が調整する場合の流れ

### ①米子保健所への活動依頼

- ・まずはお電話等でご相談ください。
- ・当日までに講演会は1ヵ月以上、初対面の個別支援は約2ヶ月余裕があると安心です。



### ②米子保健所とピアサポーターとで事前打ち合わせ (必要に応じて、依頼者・対象者と事前打ち合わせ)



### ③活動当日

- ・具体的な活動内容は事前打ち合わせでご相談させていただきます。
- ・初対面の個別支援は、米子保健所保健所、依頼者(支援関係者)、ピアサポーター、対象者で参加します。

## ★よくあるQ&A



### Q. 初対面の個別支援の注意点は？

- A. 対象者の体調に配慮が必要なため、支援関係者の参加をお願いしています。活動依頼の際も、対象者の意向等を確認していただいた上でご相談ください。

### Q. ピアサポーター活動の依頼に費用はかかるの？

- A. ピアサポーターに対する費用(旅費等)は米子保健所が調整します。講演会会場など、その他の必要なものは依頼者で調整してください。

まずはお気軽にご相談ください！