



けんこう

# 健口体操プログラム ～ 継続は力～

NPO法人多摩在宅支援センター<sup>えん</sup>円

地域活動支援センター<sup>れん</sup>連

立川市

## 【施設の概要】

地域活動支援センター連は、平成22年にNPO法人多摩在宅支援センター円が設立した精神障がい者のための施設です。

社会福祉士、精神保健福祉士、相談支援専門員やピアサポーター等のスタッフが、創作活動や生産活動など様々なプログラムを通して社会復帰と自立、社会参加への促進を図るため登録80名の利用者を支援しています。

フリースペース（交流室）



<sup>れん</sup>連では、「制度・サービス」「暮らしのこと」「病気について」「仕事、就労」「家族や人との関わり」などについて、必要に応じて関係機関への同行や訪問を行っています。フリースペース（交流室）では、ミーティングや各種プログラム、メンバーとスタッフが一緒に昼食を摂るなどしています。

また、プログラムに参加しない方にとっても自由に過ごすことのできる“憩いと交流の場”となっています。

開所日は火曜日から土曜日までの10時から17時30分まで。土曜日はお休みの施設が多いため、普段お仕事をされている方や他の施設へ通所されている方の相談の場や居場所として開所しています。

## 【施設の理念】

### ◇リカバリー ◇ストレングス

皆さんはこの言葉を耳にされたことがあるかも知れません。様々な解釈や説明がありますが、『自分らしく生き、学び、変化し、選択のできる人生を歩んでいく』ということだと思えます。

それらを実現するために、地域に根ざした『その人らしい豊かで多様な生活』を利用者とともに考えながら支援することを理念としています。私たちスタッフは、支援の際に迷ったり考えたりする時、『その人らしい豊かで多様な生活とは何か』と、常にこの理念に立ち戻ってサポートするよう心掛けています。

## 【地域活動支援センター】

地域活動支援センターは各市町村に設置され、主に精神障がい者の生活支援や就労支援、また、フリースペースの提供等を行う施設です。

例えば、電話や来所による相談支援、その方に合わせた制度・サービスの紹介と同じ障がいを持つ仲間との交流の場や様々なプログラムを提供しています。

## 【ピアスタッフ】

今、福祉や医療などの分野でピアサポーター、ピアスタッフと呼ばれる人たちが、色々なところで活躍しています。

ピアとは英語で「仲間」などの意味で、上下関係のない「対等」な仲間による支え合いを「ピアサポート」といいます。

病気や障がいを経験、体験した人が同じ悩みを抱える他の人に話をしたり、また、人の経験を理解して支える活動をする人たちを「ピアサポーター」、更により専門的な支援をする人を「ピアスタッフ」と呼んでいます。

## ピアサポーター



- ピアスタッフ
- ピアグループ