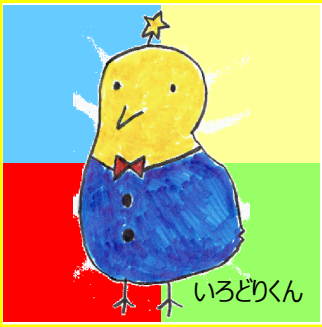


すぺぃろ機関紙

いろどり

http://recoverycollege.jp/spero

第１号

発行日
平成28年4月22日

発行者
すぺぃろ新聞部

４月のすぺぃろ

春になり、すぺぃろの前の公園に桜が咲きました。昭和記念公園でのお花見も予定されていましたが、当日雨が降ってしまいました。そのうちに雨もやみ、みなさんすぺぃろでゆっくりお花見をして過ごしました。

今月から始まったすぺぃろ新聞『いろどり』すぺぃろの活動を彩り豊かに伝えられたらと思っております。どうぞよろしくお願いします。【編集長　タニー】

４月にはこんなことがありました

- お花見は雨天でグダグダに
- 体験利用期間中だったメンバーさんがようやく正式利用に
- 「診察時のコミュニケーション」「すぺぃろナビ」など新しい講座が登場！
- 「たまなび」に社労士の松山先生がお越し下さる
- istageさんの講座がリニューアル。連続講座に
- 佐藤先生のSSTは土曜日に移動。リカバリーカレッジの講座として拡大

講座紹介 ～SST編～

すぺぃろの講座を紹介するコーナー【講座紹介】。栄えある第一回はいつも元気な佐藤香奈子先生のSST（social skills training社会生活技能訓練）が登場です。３名のメンバーさんがSSTについて語り合いました。

【MS】（SSTは）参加者の日常生活における課題を解決するために、みんなが協力して知恵を出し合いますよね。

【HS】悩みや問題の解決もするし、参加者みんなの『物事に対応する力』がついてくると思います。

【TA】先生が明るい。元気。笑顔。どんな意見も受け止めてくれる。

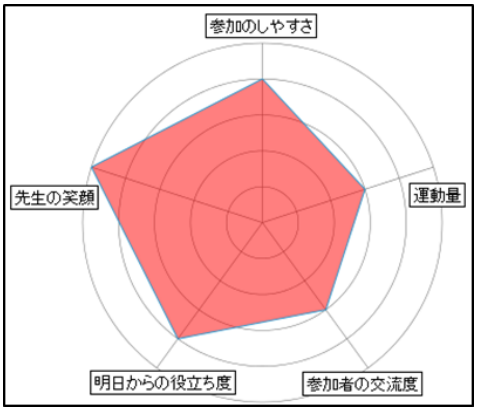
【MS】笑顔が素敵で、やわらかーい雰囲気で、とても話しやすい。みんなの良い所を引き出して伸ばしたい、という想いがとても伝わってきた。

【HS】先日佐藤先生に「先生にとってSSTとは？」とインタビューしてみたんだけど、「コミュニケーションの力がつく事も大事だけど、『「こうなりたい」という自分を大事にしてもらいたい時間。』「少しでも顔を上げられた」と思うことや、「次の事を考えよう」と思ってもらえたらいいなという時間。「明日の事を考えよう」と思ってもらえたらいいなという時間『今の自分を大切にしてほしい時間』と思います」って話されていました。

【TA】初めどんな事をやるのか想像できなかった。けど自分の悩みが自分だけでなく、他の人と共有できたから安心感が持てた。

【MS】自分に出来るか不安だった、けど、ＳＳＴに参加することで「そうすれば良いのか！」という発見や学びが得られました。参加のルールがあるから安心して参加できました。様々なケースでの課題を解決できるので、積み重なって自分の対人能力の底上げにつながると思う。

【HS】参加が一回でも経験値になると思いますが、何回も参加することで、より経験値が貯まっていくのが実感できました。



講座紹介おかわり ～アナログゲーム編～

すぺぃろの講座をさらに紹介してしまうコーナー『講座紹介おかわり』。栄えある第一回は（笑）、松本太一先生の『ゲームdeコミュニケーション』を取り合げます。I・Mさんが先生に突撃インタビューされました。

【IM】ゲームdeコミュニケーションとはどんな講義ですか？

【松本先生（以下、松本）カードゲームやボードゲームのようなアナログゲームを使ってコミュニケーションを行います。この講義では、ゲームを通じてコミュニケーションすることで相手の立場を考えられるようになったり、場面に応じた適切な受け答えができるようになることを目指しています。

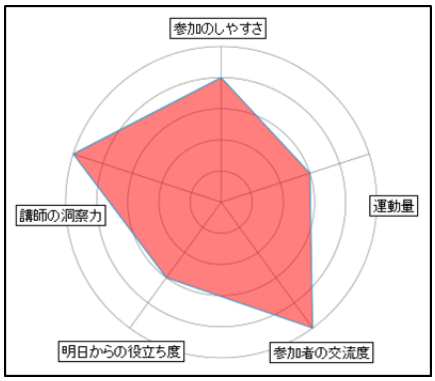
【IM】アナログゲームをはじめたっきかけはなんですか？

【松本】きっかけは二つありました。私は以前発達障害の人の人材紹介という仕事をしていました。面接練習のとき、発達障害の人はあらかじめ予想される質問（志望動機など）には答えられるのですが、ちょっとでもひねった質問には答えられなかったのです。アナログゲームには予期せぬ場面がいっぱいあるので、臨機応変さが身に着けられるのではと思ったのです。また、私は発達障害がある子の教室で指導員をしていたのですが、教室にはいろんな年齢や能力を持っている子達がいるので、皆で楽しくコミュニケーションできるコンテンツを用意する必要があったんです。その結果、アナログゲームに行きつきました。

【IM】これから講座に参加してみようと思う方に一言お願いします。

【松本】ゲームに参加することは不安な人も多いかもしれませんが、勇気を持って参加してほしいです。必ず楽しい思いをして終われますよ。

松本先生は気さくで話しやすい方で、ゲームはどれも奥深くて面白いです。また、先生の解説はとても分かりやすいので、ゲームを初めてやる人でも楽しめます。（I・M）



「リカバリーカレッジたちかわ」からのお知らせ

この通信の主役『すぺぃろ』は、実は『リカバリーカレッジたちかわ』の中にある、「障害をお持ちの方向けの専門学科」という位置づけです。普通科としてのリカバリーカレッジたちかわは、2015年10月に開校式（オープンキャンパス）を行い立ち上がりました。11月からは、どなたでも学生として参加できる「ともに学びあう場所」として、主にメンタルヘルスのテーマを中心にしながら学びと交流を深めてきています。これまで、当事者研究、WRAP、リカバリーストーリーなどの講座を行い、多くの方が遠方からも足を運んでくださいました。

またイギリスで行われているリカバリーカレッジは、障害の有無に関わらずどんな方でも参加ができ、ともにつくりあげていく【協働】が特徴の一つです。この理念を大切にして、リカバリーカレッジたちかわでも地域の当事者の方、支援者の方などで運営委員会を設置し、定期的に講座の内容やカレッジ自体の運営などについて検討を重ねてきています。

学長は御年67歳の笑顔がステキな小松廣美さん。会議でも常に学生の立場に立って（しかも委員の心配をしながら）まとめてくださっています。「リカバリーカレッジは学生さんが主役の場所です。たちかわもこれからいろいろな壁にぶつかるだろうけど、学生さんとも一緒に考え、ともに前進していきたいと考えています。街が住みやすくなるようなカレッジにしたいです」と語る小松学長。そんな小松さんのいるリカバリーカレッジたちかわは、この5月より春期講座を開催します。ぜひお気軽にお越しください。【monchi】

ホームページ　http://recoverycollege.jp/tachikawa
メールアドレス　tachikawa@recoverycollege.jp

編集後記

☆伝えたいことはいっぱいあるけど、短い言葉に込めるのは難しかったです。（H・S）
☆新聞作りは小学生以来でしたが楽しめました。すぺぃろに興味を持つ方が増えれば嬉しいです！（M・S）
☆どんな新聞ができるのか、これからも楽しみです。（sara）
☆出来上がってゆく過程が面白く、やりがいがありました。
　より楽しみながら作ってゆける新聞になったらいいと思っています。よろしくお願いします。（タニー）