

# いさどり

発行日  
平成29年2月28日  
発行者  
すぺいろ新聞部

<http://recoverycollege.jp/>

## すぺいろピアスタッフ紹介

### ピアスタッフとは？

ピアスタッフとは、精神疾患の経験を持ち、それを開示しながら働いているスタッフのことです。近年、ピアスタッフはメンタルヘルスの業界で増えつつあり、すぺいろにも、2人のピアスタッフが勤務しています。すぺいろの中でも、ピアスタッフという仕事に興味はあるんだけど分からないこともあって…という方もちらほら。そこで今回は、すぺいろの皆さんから、2人に聞いてみたい質問を募集しました。

### 質問項目

1. ピアスタッフになろうと思った理由は？
2. ピアスタッフとしての、自分の長所は？
3. 人と関わる上で避けられないストレス。どう対処してるの？
4. ピアスタッフになってみたいけど、私には無理…と思っている方にメッセージを。



だんだんと日が長くなってきたように思います。梅もどこかで咲いているらしく、春も近づいているのかなと感じています。  
(絵と文：タニー)

### 佐々木理恵

- ①ピアスタッフにすごくなりたいと思ってなったという感じでもなく、一緒にやりませんか？とお誘いを受けたので。けど経験に価値があると思うしリカバリーを信じているから。
- ②対利用者さんだけでなく、職場や専門職へもきちんとフィードバックとして意見をかえすところかな。
- ③愚痴る。あとは本人に伝える。とかかしら。。。
- ④無理。。。と思ってもやりたいのはなんで？かを自分の中でよく内省してみるとなにかヒントがあるのではないかなとおもいます。あくまでも職業選択のひとつなのでまずはトライしてみてダメだったらやめたらいいとおもう。



### 川田はるか

- ①メンタルヘルスの業界で働く上で、せっかくの経験を活かしたいと思った。何より、この経験を開示しないで、メンタルヘルスの業界で働くイメージが持てなかったのもうこれしかないかな…的な。
- ②自分が病の経験から、大切なことを得たという実感があるところ。
- ③一人の時間を確保すること。一人言をつぶやくこと。あとは、人の力を借りること。(ためらわず、人に助けてと言えるようになりたいものです…)
- ④「できる！」と思って、目指さなくてもいいような気がします…。私は、やりたいやりたい、と言っているうちに、道が開けていった感じだったので。やりたい気持ちを大切にしたいな、と思います。



# Sperogram

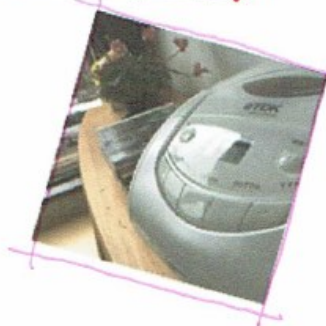
すぺいろうむ

～すぺいろうの日々を写真におさめました～

@Sperogram すぺいろう来たよ  
糸紙ねんどがいろいろあったヨ♪\*



@Sperogram  
いつも素敵な音楽が  
ながれてま〜す♡



@sperogram  
すぺいろうミートンクにて(・ω・)



@Sperogram  
本がずら〜っ!!



@Sperogram  
B型作業所『いすきあま川』さんにて  
ランチセットをいただきました〜ス♡  
by めぐちゃん

## 「みんなでつくりましょ」～コミュニケーションアートワーク体験談

いりどり初登場のアヤッペです♪今回は『コミュニケーションアートワーク』（西畑先生）の体験談です。対談が出来ないため、私の独断で(笑)私はまだ、受講するのが一度目なのですが、不思議な感覚を感じる講座でした。

西) まずは、和紙を好きな色に染めて下さい。自分の鳥を作ります♪乾かしている間に、新聞を硬く丸めて自由な鳥の形を作ってください(アヤ)！？！？

それをテープで固定して…それぞれ丸めていきます。「私のは、よくいる鳥だなー」と思いつつ作業を進めていましたが、ふと「この子は、私の事を想ってくれている方の鳥ちゃんだ!」と気がつきました。皆さんが作った鳥にも、それぞれの思いが込められているようで、「可愛い!」という声が沢山聞こえてきました。私は「最初は無意識で作り始めたのに、いつの間にか思い出の鳥ちゃんになるなんて…。さすが専門家!」と考ながら作業をしていましたが、時折先生があわあわしている姿も…。私は、その姿を見ていて、思わずほっこり。これからも講座が楽しみです(^ ^)



すぺでみいろ (すぺいろは国分寺のカフェ<でみcafe>さんとコラボしています)

いりどりくんでおなじみ<タニーさん>こと、大谷祐人さんの個展が、国分寺のでみcafeさんにて開催されます。

大谷祐人個展『～もうじきはるかも～』

3月15日(水)～3月22日(水) (定休日:火曜日) 11時～18時

住所: 国分寺市本町3-14-1 (SORA Dinner&LiveMusic内)

「今回、でみcafeさん、国分寺そらさんのご協力を頂き、個展を行うことになりました。是非、皆様お越し下さい。よろしくお願い致します。」 (byタニーさん)

