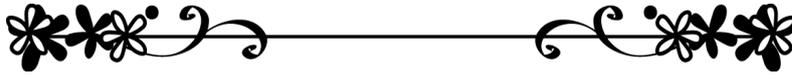


ピアサポート連絡会 便り

令和6年3月号



こんにちは、ピアスタッフの石川です。今原稿を書いている2月は1年で一番寒い月ですが、能登半島地震で被災にあった方は、さぞや大変な事と思います。心よりお見舞い申し上げます。さて、災害ボランティア活動を行う方の中に経験の差があり、ベテランの方がそうでない方を力不足と感じる事があるそうです。しかし、心細い気持ちや不安に怯えている方に、寄り添う人が大勢いる事は非常に大切な様に個人的には感じます。

さて、2月のピアサポート連絡会は17名参加いただき、ありがとうございました。3グループ中、フリートークが2グループ、悩みがある人が集まった1グループで実施されました。

私は「悩みがある人」のグループに参加しました。主な話題は薬の副作用について話されました。抗うつ剤で吐き気の副作用が出た方や、遅発性ジスキニアが出ている方、同じ様な経験が過去にあった先輩、或いは薬の添付文書の副作用を気にし過ぎると、それが実際出てしまうのではと不安になってしまう方もいらっしゃいました。もちろん薬の主作用も大切な事ですが、副作用もとても大切な事だと、私は感じております。薬に疑問を感じた方は、是非医師等に相談して下さい。また、治療や診断名に疑問を感じた場合は、セカンドオピニオンを利用してもいいのではないかとの意見も出ました。

私が印象的だったのは、医師に「病気は医者一人で治すものではない、薬剤師やナースや、そして何より仲間と治していくものだ」、「前向きに考え希望を持っていれば、自然治癒力が増す」と言われた話です。また、ある方の「自分は病気の苦しみと、副作用の苦しみの両方を味わっている。だから、その2つを使ってリカバリーストーリーを作るんだ」という頼もしい決意に感銘を受けました。私はメインテーマとして「悩み」や「症状」について話せる、「悩みがある人」のグループも必要かな?と感じました。

3月になり段々寒さもやわらぎ、新しい芽が出たり、きれいな桜が咲き始める季節に、また連絡会で、元気にお会いしましょう。気楽な気持ちでフラッと参加していただく方がいると嬉しいな、と思っております。





3月の連絡会



日時：令和6年3月16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

