

ピアサポート連絡会 便り

令和8年7月号



こんにちは、ピアスタッフの石川です。私事ですが、先日、30年間続いている、20代半ばからの同い歳のバイト仲間と一緒に飲みました。高校にすぐに進学しなかった人など、一般的な世間のルールに乗れなかったアウトローの集まりで、自分の頭で物事を考えてきた人たちなので、今でも楽しく遊べるのでしょう。

6月の連絡会では、悪天候にも関わらず、20名を超える参加者がいて、嬉しく思います。全体共有の時間では、各グループの話し合いが充実していたことが伺え、よかったなと感じました。

私の参加した「悩みのある人」グループでも、濃い内容の話し合いができました。希死念慮や死という、ある意味なかなか話せないようなテーマが中心。一見重苦しい話題であっても自虐的な笑いに変わることができるグループでは、途中不思議と笑いが起こるものです。しかし、死と常に隣接している状態であると認識して生きてきた人の話は、大変学びの多い時間でした。

その中でも、皆さんが希死念慮をもってしまう状態の中でも、各々がバロメータを持っていることに、ホッとしました。

死が怖い理由の一つとして、それが生きている内に経験できないこともあると思います。しかし、死より生きるのが怖いのではないかという考えにたどりついた方から、「毎日を大切に生きることが重要」という言葉が出て、その言葉に説得力がありました。

それと、「しなかったことを後悔するよりも、したことを後悔した方がいい」という、バットホールサーファーズ（私の好きなアメリカのバンド）のような発言もありました。そのように必ずしも行動できないもどかしさがつきまとうけれども…。

さて、これから暑い季節におかっています。健康にお気をつけてお過ごし下さい。次回連絡会は7月18日です。皆さん宜しくお願いします！！



7月の連絡会

日時：令和8年7月18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、笹原、石川、山崎、山下）

（電話）055-935-5680

（FAX）055-935-6150

（メール）cent-nakase@fukku-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

