

News Letter

第17号 2016年 1月15日発行

Contents

特集1：第6回ピアカウンセリング全国大会開催

- 第6回ピアカウンセリング全国大会を終えて・・・ふくしまピアサポーターの会 石田登喜子
- 第6回ピアカウンセリング全国大会に参加して・・・秋田ピア・兵庫ピア・福島ピア
- 第6回ピアカウンセリング全国大会を終えて・・・実行委員長・福島大学 三浦眞琴（まこっちゃん）
- 第7回ピアカウンセリング全国大会予告・・・鳥取大学医学部保健学科 鈴木康江

特集2：平成27年度ピアカウンセラー養成者認定・ブラッシュアップセミナー開催

- ピアカウンセラー認定試験までの道のりと今後の活動について・・・亀田医療大学看護学部 久保幸代
- ピアカウンセラー養成者として認定されて・・・鳥取大学医学部保健学科 大島麻美
- 思春期ピアカウンセラー養成者認定試験に合格して・・・富山大学医学薬学研究部 齊藤佳余子
- 思春期ピアカウンセラー養成者認定試験までを振り返り・・・富山大学医学薬学研究部 笹野京子

事務局交替のお知らせ・事務局からのお知らせ

第6回ピアカウンセリング全国大会が平成27年9月19日（土）・20日（日）に福島県郡山自然の家にて開催されました。特集1では、今回の全国大会のレポートをお届けします。

第6回ピアカウンセリング全国大会 福島にて開催！



第6回ピアカウンセリング全国大会を終えて

ふくしま思春期サポーターの会 石田登喜子

第6回全国ピアカウンセリング大会 in 福島が、平成27年9月19日(土)・20日(日)に、福島県郡山自然の家で行われました。

東北で初めての開催となったこの大会に、全国13県からピアっ子89名、養成者・コーディネーター24名、講師等8名、卒業生ピア17名、合計138名が集いました。

会場入り口には、「全国の皆さんを歓迎したい」という当会会長の強い希望で作られた大きな立て看板が立てられました。

受付では、全国各地のお土産を持参して集まったピアっ子に、参加13県の特徴を盛り込んでデザインしたピアっ子オリジナルのトートバックが配られました。そして全国からのお土産は、大会最初に紹介された後、ピアカフェのテーブルに並べられました。

プログラムの随所で行われるエクササイズは、それぞれの県で実施しているものを実践し合い、“震災プログラム”では、東日本大震災での様子を共有し、自分たちが大きな災害を体験したら何が出来るかをピアカフェで話し合いました。“県民SHOW”では、各県で実施しているピアカウンセリング講座や電話相談、メール相談の具体的な方法を実践紹介し合い、宿泊室では一人一人がピア活動への想いや悩みを夜遅くまで共有しました。そして最後のプログラムは、用意された大きな木の絵に、それぞれのピア活動への想いを書き込んだ花形の付箋紙を貼り、1,000枚の桜の

花を咲かせるという活動。まさに参加者全員で作上げた大会でした。

また初日の夜には、参加した養成者・コーディネーターの話し合いの場が持たれました。

初めて出会う方々も多くいます。各地のピア活動に対するニーズの違いや、それぞれの工夫、悩みを共有し合いながら、活動に対する沢山のヒントを得ることが出来ました。

実は今回、卒業したピアっ子たちも集まりたい、という強い要望がありました。卒業生ピアの独自開催ということで、一部プログラムを除き、同時進行で実施しました。

第5回熊本大会で出会ったピアっ子を中心に、卒業したピアっ子は、北海道から熊本まで17名の参加がありました。ピアっ子として活動した想いを共有したい、自分たちも卒業生ピアとして今後の現役ピアをサポートしたい、そんな熱い思いがヒシヒシと感じられました。今後の思春期ピアカウンセリング活動を発展させていくためにも、卒業生したピアっ子とどのように継続して繋がるか、大きな課題をあたえられたように思います。

第6回全国ピアカウンセリング大会の準備・運営を通し、改めてピアっ子たちの力の大きさと、全国で繋がっている思春期ピアカウンセリング活動の素晴らしさを実感しました。



第6回ピアカウンセリング全国大会に参加して

秋田看護福祉大学 看護福祉学部看護学科4年

ビーラブスター

B 愛 STARピアサークル 部長 遠藤明希

ピアカウンセリング全国大会に参加するのは今回で2回目でした。開催地が福島県と聞き、同じ東北のピアっ子として全国大会を盛り上げようと、この日を心待ちにしていました。

私にとって今回の全国大会は、新たなピアっ子との「出逢い」と、前回の全国大会で知り合ったピアっ子との「再会」の場となりました。様々なエクササイズやプログラムを通し、交流を深めることで、初めて出逢った全国のピアっ子とのピアの輪が広まったように感じています。また、全国各地で活動していた仲間と再会の喜びを分かち合い、元気な姿を見ることで、改めて全国でピアっ子がつながっていることの素晴らしさを実感しています。

今回、東日本大震災の被災地である福島県での開催にあたり、「震災プログラム」に参加できたことはとても印象深かったです。同じ東北に住みながらも、これまで知ることのなかった被災地の方のリアルな思

いや現状を知り、改めて震災に対して真剣に向き合い考えていかなければならないと感じました。また、もし自分の地域で震災が起きた時にピアとして何ができるのか、ピアカフェを通してピアならではの考えにたくさん触れることができたと思います。被災した地でできることは多くありますが、相手に共感したり寄り添ったりする気持ちは、ピアカウンセリングと同じように大切であると感じました。

2日間はあるという間でしたが、福島ピアの皆さんのおかげで本当に楽しい2日間になりました。福島でもらったたくさんのピアパワーを、今度は秋田ピアへ【拡散】したいと思います。そして、秋田ピアはもちろん、全国のピアももっともっと元気に、楽しい活動へ発展させていきたいと思っています。2年後は卒ピアとして、また全国大会に参加できる日を楽しみにしています。

兵庫ピア

加森夕香子・森定佳那子

今回、全国ピアに参加して本当に良かったと感じています。初めての人たちと初めての場所で少し緊張していましたが全国のピアっ子が温かく迎え入れてくれ、人間知恵の輪で手をつないで更にこころの距離が縮まったように思います。

東日本大震災の話は普段関西にいるため、テレビなどの報道機関でしか情報を得ることができないので、とても新鮮でまだまだ傷跡が残っていることを改めて実感しましたし、もっと関心を持って自分から情報を得ようとする姿勢の大切さも感じました。ピアカフェでも東北のピアっ子の生の声を聞き、津波があったところや放射線の影響が強いところばかりに焦点を

向けすぎて他のところに支援が行き届いていないことも知りました。ありきたりな話ではなく、オブラートに包まずにド直球の言葉で話し合うことで報道では知ることができないこともたくさん知ることができました。私たちに今できることは少ないけれど、レジ横にある募金箱に募金することから始めようと思います。思い出すだけでも辛い思い出を涙ながらに語ってくれた福島ピアの人たちには本当に感謝しています。ありがとう。

多くのプログラムでのたくさんの人との交流を通して、活動している内容や場所は様々なのに抱えている悩みや考えていること、中高生に伝えたいと思って

いることが一緒ですごいなと思いました。全国のピア(仲間)が同じ思いを持って活動しているということは素晴らしいと思いました。

1泊2日というあっという間の全国ピアでしたが、とても楽しくて終わってしまった今でも、もう一度福島に行ってみなさんと話をしたいとさえ思います。関西弁を好んでくださった皆さんありがとうございました

た。喋るだけでこれだけモテるとは思ってもいませんでした。そして、教えていただいたことや話し合っ一緒に考えたことをこれからの活動に活かしていきたいと思います。福島ピアの皆さん、準備や進行、後の片付けなど色々ありがとうございました。2年後、またみなさんに会えることを楽しみにしています。

福島大学 人間発達文化学類4年生 山本里奈

去年、ピアカウンセリングの養成講座を受けたばかりの私は、そこで初めてピアの全国大会があるということ、そして開催地が私たちの住む福島県であることを知りました。当時の私は、「へえー、楽しそう。」というくらいにしか考えていませんでした。

いざ、準備に参加しよう！という段階になって、全国ピアのスケールの大きさ、そして運営側の大変さ、それをようやく感じるようになりました。全国大会が近付くにつれ、「2日間運営できるだろうか」「来てくれる皆に楽しんでもらえるだろうか」そういった不安がどんどん大きくなっていきました。しかし、ずっと前から頑張ってくれた実行委員長のためにも、絶対に成功させたい、という気持ちも強くなっていきました。

そして、全国大会当日。本当に嵐のように時間が過

ぎ去って行ったように感じました。その嵐のような時間のなかに、ぎゅっとたくさんの経験がつまっていました。震災のこと、ピアの活動、たくさんの率直な考えを聞くことができ、今一度ピアとして何ができるか、ピアカウンセラーのあり方を考えるきっかけになりました。何事もなく運営できた…とは言い難いですが、今回の全国ピアでは良い経験、良い出会いに恵まれ、とても良い時間になったと思います。

4年生の私にとってはこれが最初で最後の全国大会となりましたが、開催地側として参加できて、本当に良かったと思います。参加してくださったピアカウンセラーの皆さん、そして、このような素晴らしい全国大会を最後まで運営しきってくれた実行委員長、ありがとうございました。



第6回ピアカウンセリング全国大会を終えて

実行委員長 福島大学3年 三浦真琴（まこっちゃん）

第6回思春期ピアカウンセリング全国大会の実行委員長を務めさせて頂いたことは、ピアカウンセラーとしての一番の思い出です。本番まで「実行委員長を引き受けたからには、絶対に最高の大会を作りたい。」この想いだけで、ひたすらに走ってきました。

今大会で、私が大切にしたいことは、“今、福島で開催すること”と“全国のピアっ子が集まる貴重な大会だからできること”、“大好きなピアのためにできること”の三点です。

一点目の“今、福島で開催すること”は、東日本大震災から四年経った今の福島だから出来ること、伝えられることを、全国の仲間と一緒に考えたいという想いからです。そして企画したのが『震災プログラム』です。被災は予測出来ません。だからこそ、福島の体験を伝え、全国の仲間が同じ体験をしたときに生かせるプログラムを目指しました。講師の先生のリアルな福島の今の話と自治・福島ピアが行った被災地ピアの話の聞き、「あなたにとって大切な地域が、人が傷ついたときに、ピアとして何をしたいですか？」という問いについて考える時間を作りました。全国の仲間が一生懸命悩み、感じ、考える姿をみて、心強い仲間が全国にいる喜びを感じました。

二点目の“全国のピアっ子達が集まる貴重な大会だからできること”は、普段は離れて活動しているピアっ子達も、「私と同じように、活動での悩みや不安があるはず、エンパワーメントし合いたい」と考えたか

らです。“もし私が参加者だったら”を軸にして考えたのが『悩み共有プログラム』です。また、今大会では、各県の良い所を吸収して、自分の力につなぐ学びの場の提供も大切にしたいだったので、各県にエクササイズや、活動紹介、ミニピアなどを依頼し、体験的で実践的な『ピア県民 SHOW』・『ピアトーク』も企画しました。悩みや不安の共有はピアっこ同士のピアカウンセリングとなり、その後他県の活動や体験を聞くことで、その悩みの解決の手助けとなったと感じています。

三点目の“大好きなピアのためにできること”は、大会で皆さんにお話しした「今大会で蓄えたピアパワーを、今度は全国から発信してほしい。そしてみんなでピアの輪を広げよう。」ということです。一人では無力な私ですが、全国の心強い仲間の力を借りて、実現させたいです。

最後に、思春期ピアカウンセリング全国大会は、かけがえのない宝物となりました。リーダー経験がない私に、こんなにも大きく重要な大会の実行委員長を務まるのかと悩み、準備が進まない焦りで眠れない日が続いたこともありましたが、そんな私を支えてくれた福島ピアの仲間と、寄り添い、サポートをしてくださった先生方、そしてはるばる遠方から参加して下さった心強いピアっ子、卒ピアのみなさんのおかげで、最後まで大会の企画・運営をやり遂げることができました。この場をお借りして、感謝申し上げます。

第7回ピアカウンセリング全国大会（平成29年度）予告

今年の福島での全国大会は大変盛況であったようです。次回は「鳥取県」での開催です！

福島に続けて、充実させ楽しい全国大会にしようと、今からワクワクしながら企画しております。鳥取の豊かな自然の中でピアっ子達の皆様を元気にお迎えしようと、全県あげて今作戦を練っております。こんな機会でもないと、おそらく「鳥取県」にはなかなか行く機会もないと思いますので、是非ともシッカリ積立をしておいてくださいね！

鳥取のピアっ子は県の人口規模（日本一人口の少ない県）と同じように決して多くはありません。大人たちは「とっとり若者すこやかネット」を作り、地域の沢山の団体や先輩ピアなどで現役ピアっ子を支援してピア活動を頑張っています。

ピアっ子の皆さん、大人の皆さん、是非とも「鳥取県」へお越しください。お会いできるのを楽しみに一同お待ちしております。

（鳥取大学医学部保健学科 鈴木康江）

平成 27 年度ピアカウンセラー養成者認定 ・ブラッシュアップセミナー開催！

平成 27 年 10 月 10 日・11 日の 2 日間にわたり、平成 27 年度のピアカウンセラー養成者認定・ブラッシュアップセミナーが開催されました。今回は 4 名の認定希望者と 9 名のブラッシュアップ参加者の合計 13 名で開催され、受験生全員が養成者の認定を受けることができました。

特集 2 では、認定を受けた 4 名のレポートをお届けします。

平成 27 年度 養成者認定・ブラッシュアップセミナー概要

10月10日	10月11日
オープニングエクササイズ	モーニングエクササイズ
模擬授業 1	模擬授業 2
ブラッシュアップ 1 「被災者ピアの取り組み」	総会報告
ブラッシュアップ 2 「8つの誓約シミュレーションの検討」	ブラッシュアップ 3 「8つの誓約シミュレーション作りを通して」

ピアカウンセラー認定試験までの道のりと今後の活動について

亀田医療大学看護学部 久保幸代（ピアネーム とり）

私が、ピアカウンセラーについて知ったきっかけは、勤務する大学の 2 名の学生との出会いでした。彼女達は、私を訪れ、突然「思春期に関わる活動がしたい！」とキラキラした目で訴えてきました。彼女らは本学の学生に向けた思春期教育を受講し、若い人達にこのようなことを伝えることが大事だと感じ、自分達は思春期の人達を支援する側になりたいと思ったようです。私自身、鴨川市の思春期支援に関しては全くわかりません。その時に思い出したのが、助産教育を受けた時に思春期についてご教授くださった高村先生でした。そのことから、家族計画協会にアクセスし、学生達に U-COM（若者委員会）を紹介し、U-COM に参加するようになりました。そこでピアカウンセラーの活動を知り、養成者になることを決意しました。

平成 24 年に「ピアカウンセラー養成者」養成セミ

ナーを受講しました。持っている力を信じ自分らしく生きるために同世代の若者が若者を支える健康教育を知り、上からの教育では主体的な行動変容にはつながらないことを実感しました。そして、そこで出会った養成者を目指す仲間は、その後、私が自信をなくしかけたときの大きな支えとなってくれました（ピアの力です）。セミナー受講後は、養成セミナーの研修生として講義を担当し、多くの講師の先生方からアドバイスをいただきました。そして、何といたっても私に勇気をくれたのはピアっ子の皆さんです。養成講座の受講生に寄りそうピアっ子の姿勢、ピアっ子たちの団結力と協力体制、これを見て私はピアカウンセラーを養成する意義を実感し、仲間が支える理念の重要性を認識しました。

今後は、千葉県でのピアの活動について、ピアっ子

達と一緒に考えていきたいと思っています。現在は、少しずつ地元での活動を始めていますが、これから活動の場広げ、千葉県が抱える思春期の課題に少しでも

ピアが関わり、貢献できる活動をサポートしていきたいと思っています。

ピアカウンセラー養成者として認定されて

鳥取大学医学部保健学科 大島麻美

私は、今年度ピアカウンセラー養成者として認定されました。私とピアカウンセラーとの出会いは約 11 年前の大学生時代です。鳥取県で初めてピアカウンセラーの養成講座が開講され、第 1 期生となりました。ピアカウンセラーになってからは、大学生活の 4 年間多くの仲間とピア活動を行ってきました。ピア活動を行う中では、同年代の仲間に、自分たちが一体何を伝えたいのか、どうしたら伝わるのか、真剣に考える日々でした。また、ピア活動が続いていくように、自分たち自身も仲間として活動ができるように、先輩・後輩みんなで真剣に活動に向き合った記憶があります。

大学卒業後は助産師として性教育を行っていますが、ピア活動を通して身についた表現力、中高生に対する思いをいかに伝わる言葉で伝えられるかという力は、ピアカウンセラーとしての賜物だと感じています。現在、縁あって 2 年前よりピア活動に携わる機会が出来、元ピアっ子としてピア活動の支援をしていま

す。現代の若者の現状をふまえて、より良いピア活動が出来るように、時には厳しく、ピアっ子の思いを尊重しつつ、ピアっ子の思いを「仲間」として中高生に伝えられるように、ピアっ子とともに日々真剣に活動に取り組んでいます。

鳥取県でのピア活動も 11 年が経とうとしており、少しずつ活動が周知されるようになりました。しかし、「ピア」として何が求められているのか、何を伝えるべきなのか、年月が経つにつれ変化しているように感じています。「仲間」として出来ることは何か、ピアっ子が活躍できる場がこれからも増えていくように支援したいと思っています。そして、「ピアの活動」に興味をもってくれる仲間が増えるように、「ピアカウンセラー」の養成をこれからも継続し、また、大学を卒業したピアっ子が、卒業後もピアっ子の先輩ピアとして協力できるような体制作りができれば・・・と野望を抱いています。

思春期ピアカウンセラー養成者認定試験に合格して

富山大学医学薬学研究部 齊藤佳余子

私は、今年の 10 月に認定試験に合格し、思春期ピアカウンセラー養成者の仲間入りをさせていただきました。ここまでの道のりは決して、平坦なものではありませんでしたが、あきらめず思い続け、自分なりに努力してきたことが結果につながったことをとてもうれしく感じています。私の所属している大学では、日本ピア研の認定している思春期ピアカウンセラーではありませんが、大学生が県内の 1 校にすでにピアエデュケーションを行っていました。そして、ピアの

魅力にみせられた大学生の有志がサークルを立ち上げていました。私はその大学生の質を担保したいと思い、「思春期ピアカウンセラー養成者養成セミナー（前期）」を受講しました。今から 6 年前のことです。その時は、自分が養成者になることはもちろん、県内における思春期ピアカウンセラー養成講座の開講は、夢のように感じていました。しかし、本大学の同講座に思春期ピアカウンセラー養成講座を受講した教員が移動となり、大学内の資金を獲得できたことで、一気

に物事が動き出しました。本講座が主催となり、昨年第1回思春期ピアカウンセラー養成講座を開講することができたのです。心の底からこみあげてくるような喜びを感じました。

そして、今年は県からの委託を受け第2回思春期ピアカウンセラー養成講座を開講しました。また、養成された思春期ピアカウンセラーが、活動する場を様々な形で提供頂き、多くの人にピア活動を知って頂くことができました。生き活きと活動している大学生を間

近で見ていると、大学生のピア活動をしたいという思いに、養成者側がやっと追いつけたかなあと感じています。

私が初めて養成者養成講座を受講した時にお腹にいた子どもは、はや5歳となり、県内で初めて養成講座を開講した時にお腹にいた第3子も1歳となりました。子どもの成長とともに、自分自身も養成者として私らしく成長していけたらと思っています。

思春期ピアカウンセラー養成者認定試験までを振り返り

富山大学医学薬学研究部 笹野京子

私が「思春期ピアカウンセラー養成者」養成セミナー講座(前期)を受けたのは2012年夏のことでした。それから5年、ようやくピアカウンセラー認定審査を受験し合格することができました。

実は、それ以前に思春期保健セミナーコースⅠ～Ⅲ(2002年～2006年)、思春期ピアカウンセリング・コーディネーター養成セミナー(2011年)を受講していました。今考えると私は思春期に魅せられ、何かできることはないかと模索していた気がします。ようやく私のしたいことは思春期ピアカウンセラー養成なのだ気づき、翌年(2012年)、思春期ピアカウンセラー養成者養成セミナー(前期)を受講しました。しかし、後期のセミナー受講前の「実践活動」をする場所(当時在籍していた大学でピアカウンセラーの養成をしていなかったこと)と勇気(他に実践する場所を求める勇気)がなかったことから、後期セミナー受講をあっさり断念していました。ところが、それから1年もしないうちに突然現在の大学に移動することに

なりました。幸いにもこの大学では独自の方法ながらもピアカウンセラーを養成し、ピア活動の実践もしていました。加えて私と同じく前期だけを受けていた仲間がいました。早速その人を誘い後期セミナー(2013年)を受け、翌年から本学で高村先生にピアカウンセラー養成講座のコースリーダーをして頂きながら仲間と共にインターンとして実践経験を積ませて頂きました。

今は、昨年・今年と高村先生に育てて頂いた学生と色々な活動をしています。この2年間に高村先生から様々な事を学ばせて頂きました。この経験と今の学生がこれからの活動の基礎となる貴重な宝物だと思っています。これまで長い道程でしたが、同じ大学に仲間がいること、目を輝かせる学生がいること、そして高村先生をはじめピア研の皆様に支えられていることに感謝し、これから学生と共に成長していきたいと思っています。今後ともどうぞ宜しくお願いいたします。



事務局交替のお知らせ

平成 27 年 10 月 20 日 (火)

日本ピアカウンセリング・ピアエデュケーション研究会

代表 高村寿子

日本ピアカウンセリング・ピアエデュケーション研究会会員の皆様へ

ここ数日素晴らしい秋空が続いていますね。天高く馬肥ゆる・・・、これは絶対禁句です・・・。

さて、皆様にご報告です。平成 27 年度の総会で、事務局の交代が決定され、長年丁寧に事務局を引き受けてくださっていた石田登喜子事務局（理事兼）から、愛知県名古屋市にある椋山女学園大学の服部律子先生に引き継いでいただくこととなりました。

長年丁寧に事務局と努めてくださった石田登喜子先生には、伏して深甚の謝意を申し上げます。また、新事務局の服部律子先生におかれましては、これから大変なことも多々あるかと思いますが、なにとぞよろしくお願いいたします。

以下、服部新事務局からのご挨拶です。

この度、今年度の総会で、事務局の交代が決定され、石田登喜子理事から服部が引き継がせていただくこととなりました。慣れないことで、皆さまにはご迷惑をおかけすることも多々あるかと思いますが、どうぞよろしくお願いいたします。

つきましては、以下に関する問い合わせ、諸手続などは、下記にお送りくださいますようお願いいたします。

1. ピア研究会入会や会費納入の件やその他会運営に関すること
2. 思春期ピアカウンセラー養成講座のカリキュラム使用許可申請書、受講修了書への捺印
3. (思春期) ピアカウンセラー養成講座見学・研修依頼書

【新事務局】

〒464-8662 名古屋市千種区星が丘元町17番3号
椋山女学園大学看護学部 服部律子

Email: r-hattori@sugiyama-u.ac.jp

FAX: 052-781-9210 (FAX を送信いただいた場合には、念のためメールでその旨をお知らせください)

TEL: 052-781-9274 (直通)

※問い合わせは従来通り、Eメールでご連絡くださいますようお願いいたします。

事務局からのお知らせ

1) 年会費振込のお願い

年会費が未納の会員の皆様には、口座振り込みで納入をお願いします。

振込口座：ゆうちょ銀行 記号：18270 番号：3605051

ニホンピアカウンセリング・ピアエデュケーションケンキュウカイ

2) 変更の届け出のお願い

現在、お知らせ等のメールが配信できない会員の方が多数おられます。ご住所、ご所属、メールアドレス等に変更があった場合には、事務局までお知らせくださいますようお願いいたします。また、お近くに「メールが届いていない」という方がおられましたら、事務局までご連絡いただくようお声かけをお願いします。



〈編集後記〉

好天に恵まれ、全国大会が無事に終わりました。各地の仲間と交流し、エンパワメントされたピアっ子たちの笑顔は忘れられません。

また、今年も新たに4名加わった養成者と共に日本ピア研にとって飛躍の年にしたいですね。

*今回の17号より編集担当が変わりました。読みやすい紙面にできるよう努力していきたいと思っておりますので、よろしくをお願いします。

(渡辺純一)

JPCA EA 日本ピアカウンセリング・ピアエデュケーション研究会
〒329-0498 栃木県下野市薬師寺3311-1
自治医科大学地域医療学センター 公衆衛生学部門
電話 0285-58-7338
FAX 0285-44-7217
発行人 高村寿子 編集人 前田ひとみ・渡辺純一・栗原沙織
年3回発行 <http://www.jpcaea.net/>