

令和 7 年度上伊那圏域地域自立支援協議会議事録		
会議	令和 7 年度 精神障がい者等 部会名 地域生活部会 高校出前講座	令和 7 年 8 月 29 日(金) 9:05 ~ 10:55 日 時 令和 7 年 9 月 10 日(水) 9:05 ~ 10:55
	会場 辰野高等学校	参加者数 計 50 人
主 テ ー マ	心の健康の大切さや精神保健福祉について、高校生に身近な問題として考えてもらう	
	参加者:辰野高等学校普通科生徒 3 年生(24 名)と2年生(26名)、先生(1名)、講師(当事者5名)、スタッフ(部会 員 4 名、事務局5名、地区保健師2名) 4 グループに分かれて行う。(1グループ:生徒 6~7 名、当事者1名、スタッフ1~2 名) 内容:ゲーム「まちがい探し」 お互いを知る、周りの人と協力し、情報交換することで人との距離を縮めるという目的でゲームを行う。 それぞれのグループに当事者が入り、病気のこと、どんな状況だったのか、どんな時が辛かったのか等の話を聞き、 生徒からの質問に答える。 ○生徒からの感想 ・障がいの方の理解を深めることができた。自分から行動できる人になりたい。 ・当事者の方の話を聞き、それぞれの思いがあり、大変な経験を積んできたからこそ、今があるんだと感じた。 ・自分は嫌なことがあっても一人で溜め込んでしまうところがあるので、もし辛いことがあったら一人で抱え込まずに相談します。 ・実際に話が聞けてよかった。心の健康や精神障がいを抱える人はなかなか外見でわからないが、なにか困っている様子があったら迷わずに声かけようと思う。貴重な時間をありがとうございました。 ○当事者からの感想 ・自分の一番嫌いな病気を生徒さんたちに打ち明けることで、自分を見つめることができました。ようやく自分にしかできないことが発見出来ました。 ・一人一人が優しく話を聞いてくださり、つらいこともわかってくれてよかった。 ・障がいの有無を超えて同じ人として交流と学びができたことに、自分自身も大変良い経験ができた。またこれからどう接したいのか、自分がどうすべきかという前向きな話を高校生から聞けて良かった。	
ま と め	自分のことを大切にすること、誰かに頼ってもよいこと、そしてお互いを知ることが第一歩であることを学んだ。	
次回		