

令和 8 年度上伊那圏域地域自立支援協議会議事録

会議	部会名	第 1 回 精神障がい者等地域生活部会	日 時	令和 8 年 7 月 15 日(水) 13:30 ~ 15:30
	会場	伊那市防災コミュニティセンター	参加者数	28 人
主 題	「地域で暮らす精神障がいのある方と仲良くなろう」 テーマ：精神障がいのある方の相互理解を深める			
内 容	・地域全体への精神障がいに対する正しい知識の普及啓発を図るため、地域の担い手として民生委員を対象に研修会を行う。なお、本研修会は長野県の精神障がい者地域ケア推進事業の一環として実施。参加者については、講師に当事者 4 名を迎え、各市町村の民生委員、民生児童委員及び関係職員とした。 ・信頼構築ワーク、当事者のリアルに触れるワークを行う。 グループワークでは、「精神障がいのある方と仲良くなろう」をテーマに当事者からの話に耳を傾け、更に話を深めながら踏み込んだ意図的な質問から目に見えていない境界線をなくしていく。 (感想) ・同じ病名でも色々な症状がある。その人自身の辛さやしんどさを考えたい。 ・挨拶から言葉を交わし、地域の一人として信頼関係を築きたい。お互いを知ることが大事。 ・障がいの有無関係なく誰もが同じ人として、自分らしく生きていける支え合い、助け合える地域になったらいいと思います。 ・声かけが大切。色々な立場の人と話す機会が増やせたらいい。 ・プライバシーの問題もあり、人とのつながりが薄くなってきているがお互い顔が見える思いやれる地域になればと思います。 ・精神障がい者の方について、話を聞くこともほとんどないので勝手な想像が一人歩きしてしまい壁があるように感じていましたが、実際にお話を聞くとができるのは相手の気持ちがわかるのでとてもいい機会でした。お互いに優しく温かな地域になって欲しいと思います。 (当事者より) ・障がいの有無関係なく誰もが同じ人として、自分らしく生きていける支え合い助け合える地域になったらいいと思います。 ・民生委員の方をよく知らなかったが、たくさん話をさせていただいて、興味を持っていただけで嬉しかったです。 ・今回の研修内容について地域をよくしていきたい。他の人にも伝えられる機会を考えていきたい。参加してとても満足だった、精神障がいについて深まったという感想を聞くことができた。			
ま と め	精神障がいについての正しい理解、普及啓発を目的に実施したが、お互いを尊重しながら安心できる場で交流し、会話を楽しみながら理解を深めることができた。今回は民生委員が対象だったが、次に繋がる第一歩となった。このような活動が広がり、顔の見える関係性作りの機会を持つことを継続したい。			
次 回	第 2 回精神障がい者等地域生活部会 11 月 5 日(木) 13時30分～ 場所：伊那市防災コミュニティセンター			