

れいわ ねんど こうせい ろうどう かがく けんきゅうひ ほじょきん しょうがいしゃせいさくそうごうけんきゅうじぎょう
令和7年度 厚生労働科学研究費補助金 (障害者政策総合研究事業)
しょうがいしゃ げんしゅう じっしないう けんしゅうおよ せら こうゆてき じゅうしほうほう かくりつ せ けんきゅう
障害者ピアサポート研修の実施内容の検証及び更なる効果的な実施方法の確立に向けた研究

ピアサポート

基礎研修テキスト

しょうがい とう ごう ほん たい ほん
障害統合版第2版

わかりやすい版



こんな方たちに読んでほしい!

- ☑ しょうがい びょうき けいけん を活かして働いている方、働きたいと考える方
- ☑ そうした方を雇用している事業者、雇用したいと考える事業者の方



ピアサポート

基礎研修テキスト

しょうがいとうこうぼんだい ほん
障害統合版第2版

わかりやすい版

令和7年度 厚生労働科学研究費補助金(障害者政策総合研究事業)

障害者ピアサポート研修の実施内容の検証及び更なる効果的な実施方法の確立に向けた研究

はじめに

にほん しょうがいぶんや
日本の障害分野でのピアサポートとしては、
せいしんかびょういん なが にゅういん ひと たいいん しえん
精神科病院に長く入院している人たちの退院を支援する、
ちいき せいかつ しょうがいしゃ
地域で生活する障害者の
そうだん う じれい
相談を受けるといった事例があります。
また、つうしょ
通所サービスやグループホームで
ピアサポーターを雇うことも 広がっています。

しかし、ピアサポーターを どのように そだ やと
育てて、雇い、
しょくば かつやく
職場で活躍してもらうかなどについて、
かんが おお のこ
考えるべきことが まだ多く残っています。

そこで、わたし
そこで、私たちは、
しょうがいとうじしゃ せんもんしよく けんきゅうしゃ
障害当事者や専門職、研究者などとともに、
けんしゅう
ピアサポーターの研修プログラムを 作ってきました。
ねん せいしんしょうがい ひと たいしょう
2020年までに、まずは 精神障害のある人を対象とした
けんしゅう
研修のプログラムとテキストを 作りました。

その後、2021年から一部の障害福祉サービスで、
事業所がピアサポートを雇ったり活用したりすると
国からお金が支払われる制度ができました。

しかし、各地で障害者ピアサポート研修をおこなうには
難しさもありました。

そこで、精神障害以外の障害のある人も対象にしたテキストとして
2022年に第1版を作りました。

今回、テキストがよく使いやすくなるように内容を見直し、
第2版を作りました。

私たちは、ピアサポーターの方々の活躍は
障害福祉サービスなどの質をよりよくすることに繋がると
考えています。

役所の皆さま、研修をおこなう団体の皆さま、参加者の皆さま、
そして、ピアサポートにかかわるすべての皆さまにとって
このテキストが参考になればうれしいです。

もくじ

はじめに	2
1 ピアサポートの理解	6
1-1 ピアサポートとは「仲間としての支えあい」	6
1-2 障害の種類ごとに進んできたピアサポート	6
1-3 ピアサポートは いろいろな形で おこなわれている	9
1-4 「障害者の権利条約」との関係	11
2 ピアサポートの実際・実例	16
3 コミュニケーションの基本	17
3-1 ポイント	17
3-2 「話を聴くこと」で起こる よい影響	17
3-3 うまく話を聴くコツ	18
3-4 話を聴く環境	21
3-5 ピアサポーターとして 意識すること	22
3-6 お互いのものの見方（世界観）を認める	24

4	しょうがいふくし など きそ じっさい 障害福祉サービス等の基礎と実際	31
4-1	だれもが じぶん おも たいせつ 「誰もが自分の思いを大切にしながら お互いの思いを大切にしあえる社会」をめざす ほりつ せいど 法律や制度	31
4-2	じぶん く 自分らしく暮らすこと	36
4-3	いろいろな ばめん での ピアサポートの かつよう 活用	38
5	せんもんせい ピアサポーターの専門性	40
5-1	あなたの けいけん やく た あなたの経験が役に立つ	40
5-2	ほかの しょくしゆ きかん との きょうどう ほかの職種・機関との「協働」	41
	おわりに	44



ピアサポートの理解

- ピアサポートとは、仲間としての^{なかま}支え^{ささ}あいです。
- 特にこのテキストでは、障害のある^{しょうがい}人が、同じ障害のある^{おな}仲間^{しょうがい}と^{なかま}支え^{ささ}あっていることを意味しています。
- 障害の種類^{しょうがい}ごとに、さまざまなピアサポート活動^{しゅるい}が^{かつどう}おこなわれています。
- ピアサポート活動^{かつどう}は、障害のある^{しょうがい}人の^{ひと}権利^{けんり}を^{たいせつ}大切に^し、^{まも}守^{だいじ}っていくことも大事にしています。

1 ピアサポートとは「仲間としての支えあい」

ピアサポートは、障害のある^{しょうがい}人^{ひと}たちが^{さべつ}差別^{つらさ}や^{なご}つらさ^{など}など
 今までの^{いま}経験^{けいけん}をもとに、仲間として^{なかま}支え^{ささ}あえることを^い意味^みします。

ピアサポートを^{ひと}おこなう^よ人を「ピアサポーター」と呼びます。

最近^{さいきん}では、ピアサポートを^{ひと}おこなう^ふ人^{たち}が増^ふえてきました。

「ピア」という^{ことば}言葉^{おな}は、もともと「同じ^{たち}立場^なの仲間」という^い意味^みです。

ピアサポートでは、サポートする^{あいて}相手^よを「ピア」と呼ぶ^よこともあります。

2 障害の種類ごとに進んできたピアサポート

ピアサポートの^{れきし}歴史^{とくちょう}や^{しょうがい}特徴^{しゅるい}は、障害の種類ごとに^{こと}異なります。

それぞれの^{しょうがい}障害^{しゅるい}の種類^{れきし}ごとの^{とくちょう}歴史^いと^か特徴^かを以下に^いまとめ^{ます}ます。

なお、この基礎研修では、

すべての障害に共通することを中心にして学んでいきます。

(1) 精神障害の分野

- 1960年代後半ごろから、精神科病院に入院している人たちの会など いろいろな団体が活動しました。
- 精神障害があると、まわりの人が自分の主張をまともに聞き入れてくれないことがあるため、集団になって主張していく取り組みもおこなわれました。
- 1980年代になると、福祉サービスをおこなう側としてピアサポーターに活躍してもらう取り組みが注目されるようになりました。

(2) 身体障害の分野

- 1950年代に、戦争で障害を負った軍人たちの団体が活動をはじめました。
- 1970年代には、障害のある人を施設に追いやる国の政策に反対して、重度の身体障害のある人たちの運動がはじまりました。
- 1980年代からは、地域で自立生活センターが作られていき、重度の身体障害のある人たちの地域生活をサポートするピアサポート活動がはじまりました。

(3) 知的障害の分野

- 日本では、知的障害のある人たち自身が活動することは
すく
少なかったです。
知的障害のある人たちの権利を守ろうと主張してきたのは
おもに 知的障害のある人たちの家族でした。
- アメリカで はじまった 当事者の団体「ピープルファースト」が、
2004年に 日本にも できました。

(4) 難病の分野

- 1940年代から、患者の会として
難病のピアサポート活動が はじまりました。
- 2003年に「難病相談支援センター」が つくられはじめました。
ピアサポーターが センターや保健所での相談や交流会に参加したり、
患者の会で リーダーとして 活動したりしています。

(5) 高次脳機能障害の分野

- 2000年に、高次脳機能障害のある人たちの会が できました。
はじめは おもに 家族が活動していましたが、
だんだんと 障害のある人が 障害のある人のために おこなう
ピアサポート活動が はじまっていきました。
- 最近では、ピアサポート活動への関心が すごく高まってきています。

(6) その他の分野

- 最近では、発達障害のある人たちや ひきこもりの人たちの
団体が つくられるようになりしました。
これから 活動が進んでいくことが 期待されています。

3 ピアサポートは いろいろな形で おこなわれている

「ピアサポート」の活動の内容や働きかた、呼びかたなどは、
下の表のように いろいろです。

活動も
いろいろ

たとえば・・・

- 病院などで 専門家が手伝いながら進める
患者の会。
- 障害のある人たちだけで 語りあう、
セルフ ヘルプ グループ。
- スポーツや旅行など、
趣味や余暇活動をおこなう活動。
- 自立生活センターなどで おこなう、
ピア カウンセリングや 自立生活プログラム。
- 長いあいだ入院している人や
施設に入所している人が地域に移り住み、
そこに 住み続けられるようにする 支援の活動。

はたら かた
働き方も
いろいろ

たとえば・・・

- 患者の会や セルフヘルプなどで
お金をもらわないで ボランティアとして 活動する。
- お金をもらって ボランティアとして 活動する。
たとえば、患者の会などの事務局で
交通費と 少しのお金をもらって 働く場合や、
研修の講師として、
研修ごとに お金をもらう場合など。
- 相談支援や、就労継続支援 B 型など、
障害福祉サービスの施設で 職員として働く。

よ かた
呼び方も
いろいろ

「ピアサポーター」の ほかにも・・・
「ピアスタッフ」「ピアカウンセラー」
「ピアヘルパー」 など

この基礎研修では、

ピアサポートに関心を持っている すべての人たちを 対象にしています。

お金を もらうかどうかなど、働き方は 関係ありません。

ただし、専門研修とセットにした研修では、

お金をもらって ピアサポーターの活動をしている・活動をしたい人 を
おもな対象としています。

そして、いっしょに働く専門職の人たちも 研修に参加します。

ピアサポートの良いところを 理解して 活用することで、

福祉サービスが より良くなることを めざしているからです。

4 「障害者の権利条約」 との関係

(1) 「障害者の権利条約」とは？

障害者の権利条約は、障害のある人たちの権利を守るために、
 いろいろな国の人たちが話し合っ^て決めた約束ごとです。
 障害者の権利条約は 2006年にできました。
 日本は 2014年に約束しました。

(2) “私たちのことを、私たち抜きに決めないで”

障害者の権利条約をつくるとき、
 “私たちのことを、私たち抜きに決めないで” が合い言葉になりました。
 障害のある人に関わることは、
 障害のある人もいっしょに参加して決めよう、ということです。
 障害のある人たちの思いや考えを大切にすることは、
 ピアサポート活動を大切にすることにもつながっています。

(3) 障害者の権利条約を約束するための 日本の取り組み

障害者の権利条約を約束するためには、
 障害者の権利を守る法律をととのえることが必要でした。
 そこで、日本は、次のような法律を新しくしたりつくったりしました。

あたら ほうりつ 新しくした法律

▶ しょうがいしゃきほんほう 障害者基本法

しょうがい ひと ひと い しゃかい
障害のある人も ない人も、ともに生きる社会にするために、
くに ちいき やくしょ が めざすことなどを 決めた法律。

▶ せいしんほけんふくしほう 精神保健福祉法

せいしんしょうがい ひと きさき
精神障害のある人を支えることを めざすための法律。

ほうりつ つくれた法律

▶ しょうがいしゃぎゃくたいぼうしほう 障害者虐待防止法

しょうがい ひと ぎゃくたい ふせ
障害のある人が虐待されることを 防ぐための法律。

▶ しょうがいしゃさべつかいしょうほう 障害者差別解消法

しょうがい ひと さべつ ふせ
障害のある人が差別されることを 防ぐための法律。

さべつ ふせ しょうがいしゃさべつかいしょうほう (4) 差別を防ぐための「合理的配慮」

ねん
2016年にできた「障害者差別解消法」には、

しょうがいしゃさべつかいしょうほう
「合理的配慮」について 書いてあります。

しょうがい ひと こま
合理的配慮は、お店や会社、役所などで 障害のある人が困ったときに、

てんいん しゃいん しょくいん こま
店員や 社員・職員などが その困りごとを

できるだけ 解決するように 努力することです。

たとえば、次のような例が あります。

☑ お店の入口に段差があって、車いすにのっている人が入れない

→ スロープを出す、車いすを持ち上げる など

☑ 目の見えない人が書類や画面を見ることができない

→ パソコンで点字や音声で読めるようにデータを渡す、
タッチパネルの機械は
点字が付いたボタンでも操作できるようにする など

☑ 耳の聞こえない人がアナウンスなどの声を聞くことができない

→ 駅などの案内では声のアナウンスだけでなく
掲示板に文字で示したりする、講演やイベントのときには
手話通訳や要約筆記などを準備する など

☑ 精神障害のある人が長い時間はたらない

→ はたらく時間を「1日8時間」と決めてしまわないで
体調などによって短い時間だけ働くことを認める など

これらの合理的配慮は、「こういうときにはこうする」と前もって
決めてしまうのではなく、障害のある人と話し合いながら、
どうするのがいいか考えていくものです。

(5) 「障害者の権利条約」で示している「社会モデル」

さいきん しょうがい かんが か
最近、「障害」についての考えかたが 変わってきました。

まえ しょうがい ひと も
前までは、障害は その人が持っているもので、

ちりょう なお かんが おお
治療やりハビリで 治せるものは 治す、と 考えることが 多かったです。

こじん しょうがい かんが
これを「個人モデル」や「医療モデル」の 考えかたと います。

たい しょうがい こま で
それに対して、社会にバリアがあるせいで 困りごとが出てくる、

かんが しょうがい かんが
という考えかたを「社会モデル」の 考えかたと います。

たとえば、

じゅうど しょうがい ちいき く むずか
「重度の障害があるから、地域で暮らすのは 難しい」というのは、

こじん かんが
個人モデルの 考えかたです。

しょうかい
社会モデルでは、

じゅうど しょうがい ひと ささ しく ちいき
「重度の障害のある人を支える仕組みなどが 地域にないから、

ちいき く むずか かんが
地域で暮らすのは 難しい」と 考えます。

かんが しょうがい ひと
この考えは、障害のある人たちだけでなく、

みんなが暮らしやすい社会にしていけるためにも 大切です。

(4) で紹介した「合理的配慮」は、

しょうかい
社会のバリアを できるだけ なくすための 取り組みです。

しょうかい かんが
「社会のほうに バリアがある」と考えることは、

ピアサポート活動で 同じ障害のある仲間の権利を守るためにも

とても 大切なことです。

グループ演習①

グループごとに自己紹介をおこないましょう。

また、以下のことを話しあってみましょう。

- ① ここまで聞いた話の感想
- ② あなたは、同じような状況や経験のある仲間から助けられたり、影響を受けたりしたことはありますか？
また、仲間同士のグループ活動（趣味やスポーツなども含みます）やピアサポート活動を経験したことがありますか？
- ③ これからどのような仲間同士のグループ活動やピアサポート活動をおこないたいと思いますか？



2

ピアサポートの実際・事例

「ピアサポートの実際・事例」では、

身体障害、知的障害、精神障害、難病、高次脳機能障害、発達障害など、

さまざまな障害当事者の皆さんの経験に基づいた語りを通して、

より具体的にピアサポートを理解していきます。

実際の研修では、

それぞれの自治体で活躍してこられた

ピアサポーターの皆さんの中から

異なる障害のある講師を何人かお招きして、

ピアサポーターとしての活動の実際をわかりやすく語っていただきます。



3

コミュニケーションの基本

(1) ポイント

- 話を聴くことで、相手にも自分にもよい影響があります。
- 話しあう環境も大切です。
- ピアサポーターは、相手の「ものの見方（世界観）」を理解して、それを大切にします。

(2) 「話を聴くこと」で起こるよい影響

「話を聴くこと」は、ただ相手が話して終わりではありません。
話を聴くことで、相手にも自分にもよい影響があるものです。
たとえば、次のようなよいことがあります。

▶ 信頼できる関係になる

相手の気持ちや思いを大切にしながら話を聴くことで、
相手は「わかってもらえた」、「大切にしてもらえた」と感じ、
安心することができます。

聴くときは、相手を否定したり批判したりしないことが
とても大切です。

▶ 自分のことをより理解できる

相手は、あなたに話を聴いてもらうことで、

自分の考えや気持ちを整理しやすくなり、

自分のことをより理解できるかもしれません。

また、新しいものの見方に気づいたり、

「こういう自分がいたのだ」と発見することもあります。

あなたも、話を聴くことで相手のことを

より深く知ることができます。

▶ 自立する力や自分で決める力がつく

丁寧に話を聴いてもらうことで、

相手は「自分にもできることがある」、

「他の助けにも手を伸ばせる」など

自分の力に気づくことがあります。

そして、「どうしたいのか」、「これからどうするのか」など、

自分で考えてものごとを決めていけるようになります。

(3) うまく話を聴くコツ

以下の①～③を続けて、会話をゆっくりと深めます。

① 相手の気持ちを丁寧に受け取る

相手の言葉とともに、表情や声の感じ、しぐさ、沈黙など、

言葉以外からも相手の気持ちを注意深く、丁寧に受け取ります。

② 相手のことを 自分の中で整理する

相手が言いたいことや 相手の気持ちを
自分なりに 考えて 整理します。

③ 話の内容を確かめる、受けとめた気持ちを表現する

相手の話を 言い換えたり まとめたりして 内容を確認めます。
また、受けとめた 相手の気持ちを
自分なりに 言葉や態度で 表現したりします。

相手の話を聴くときに 次のような方法を使ってみるのも
いいでしょう。

▶ 言い換え

相手の話を、自分の言葉で 言い換えて 伝えてみます。

相手が「そう、それを 言いたかった！」と感じられると、

相手の安心につながります。

▶ まとめ

相手の話が 長かったときなど、

大事だと思った部分を 短くまとめて 伝えてみます。

そうすることで、

相手は「自分の話を きちんと理解してくれている」と

安心できます。

また、自分自身も相手の話を整理することができます。

▶ 相手の気持ちへの共感

「つらかったですね」、「～と感じられたのですね」など、
相手の気持ちに共感して伝えます。

▶ 確認の質問

「たとえば、具体的にはどのようなことですか？」、
「いつから続いていますか？」など、
話を深めるための質問をします。
会話の流れに合わせて、質問が多くならないようにします。
質問が多すぎると、相手が
「調べられているみたいでいやだ」と感じてしまいます。

▶ 沈黙を大切に

話が止まる時間も、相手にとっては
考えをまとめたり、気持ちを確かめたりする大切な時間です。
あわてて自分が話そうとしないで、
静かな時間をそのまま受けとめます。

▶ 言葉以外の表現を大切に

言葉以外でも、うなずき、目線、表情、しぐさなどで
「あなたの話を聞いていますよ」という気持ちを伝えられます。

(4) 話を^{はなし}聴^きく環境^{かんきょう}

相手が安心して話せるためには、(3)であげたコツのほかに、
話をする環境もとても大切です。

まずは、まわりに人がいなくて、静かな場所であることが大切です。

ほかの人が近くにいたりうるさかったりすると、

自分も相手も話に集中できませんし、

ほかの人に話が聞こえてしまう危なさもあります。

また、相手と自分がちょうどよく離れられる広さがあること、

同じ目線で話せることも大切なポイントです。

相手が座っているのに自分だけ立ったまま話すなど、

上から見下ろすような姿勢はやめましょう。

座る位置は、正面で向かいあうより、ななめ横くらいに座るほうが

お互いに緊張しにくいといわれています。



そして、あなたが不安を感じる環境や 落ち着かない場所は
やめておきましょう。

あなたが不安を感じていると、話に集中しづらいですし、
あなたの不安が 相手にも伝わってしまいます。

反対に、あなたが「ここは心地よいな」と感じられる環境は、
相手にとっても 安心して話せる場になりやすいです。

(5) ピアサポーターとして 意識すること

語りあい・聴きあいながら「ピア」になる

相手は、同じような経験のある人に 話を聴いてもらう。

自分は、同じような経験をしている人の話を 聴く。

こうしていくことで、「同じような立場や経験で 分かり合える仲間」

(ピアの関係) という気持ちが 育っていきます。

孤独になっていた人が ピアサポーターに 話を聴いてもらうことで、

「自分は ひとりではなかったんだ」と感じ、

希望が生まれることがあります。

ただし、同じ立場や経験があるからといって、

すぐに「ピアの関係」になれるわけではありません。

お互いに 語りあい、聴きあい、体験を

丁寧に分ちあっていくことで、ピアの関係が 育っていくのです。

☑ 自分の弱さを伝えることで つながり、会話が広がる

あなたが 自分の弱さや困りごとを 正直に 伝えることで、
問題を解決するだけでなく、
豊かなコミュニケーションに つながることがあります。

たとえば、相手が「眠れなくて 困っている」という
相談をしたとします。

それに対して、すぐに 解決方法を アドバイスすれば、
相手の悩みは 一気に 解決するかもしれません。

一方で、あなたが「助ける側」、相手が「助けられる側」という
決まった関係になってしまうことが あります。

もし、聞き手である あなたにも 同じような経験があれば、
「わたしも 眠れないときがあるんです。

いろいろ試してみたけれども、うまくいかないこともあって」と、
自分の弱さを そっと伝えてみると どうでしょうか。

相手は 同じような悩みのある仲間として つながりを感じて、
「眠れないときには、どうやって 過ごしていますか？」

というように、話題が広がるかもしれません。

☑ 誰かに相談した経験が、ピアサポーターの強みになる

ピアサポーターをめざす人なら、今までに 障害や病気、

生きづらさについて、誰かに相談した経験があると思います。

そのとき、あなたは不安や緊張で いっぱいだったのでは
ないでしょうか。

これから あなたのところに相談に来る人も、
きっと同じような不安を抱えています。
あなた自身にも そうした経験があるからこそ、
相談に来る人の気持ちに 自然と寄りそえるはずですよ。
これは ピアサポーターとしての 大きな強みです。

自分の経験を 細かく覚えていなくても 大丈夫ですよ。
前に ほかにの人に 相談したときの 自分の気持ちや
相手が どのように 聴いてくれたのかを 思い浮かべてみます。
そうすることで、話の聴きかたのヒントが たくさん わかってきます。
このように、ときどき 自分の経験を振り返ってみることを
おすすめします。

(6) お互いのものの見方（世界観）を認める

ものの見方（世界観）とは？

わたしたちは つい、「相手も 自分と同じように 考えているだろう」と
おもってしまうことがあります。

しかし、人によって 思い浮かべることや感じ方が違うことは
よくあります。

それは、育った家庭や文化、それまでの経験などによって、
一人ひとりの「ものの見方（世界観）」があるからです。

例：熱が出たときの「ものの見方（世界観）」の違い

ピアサポーターが 仕事で 相手の家に行きました。
相手は 37 度台の熱があり、つらそうに見えます。



ピア
サポーター

とても つらそうですね。
病院には 行かれましたか？

いいえ。家で休んでいれば 大丈夫ですよ



あいて
相手



ピア
サポーター

熱があるなら、病院に行ったほうがいいですよ。
つらそうですし

病院に行くほどでは…



あいて
相手



ピア
サポーター

でも、念のため 行ったほうが 安心ですよ

大丈夫ですよ。

これくらいの熱で病院に行く人は いませんよ



あいて
相手

まえ かいわ ねつ で びょういん い
前のページの会話では「熱が出たら 病院へ行くべきだ」

というピアサポーターの考え（世界観）と、

びょういん たいちょう わる い
「病院は もっと体調が悪くなってから行くところだ」

という相手の考え（世界観）が すれ違って います。

そして、ピアサポーターは、相手（あいて）が病院（びょういん）に行かないことを

「よくないことだ」と決めつけて 話（はな）してしまっています。

しかし、相手（あいて）は 相手（あいて）なり（りゆう）の理由（りゆう）や経験（けいけん）から

「いま（いま）は 病院（びょういん）に行かなくても 問題（もんだい）ない」と判断（はんだん）しているかもしれません。

まえ か あいて みかた せかいかん そだ かてい ぶんか
前（まえ）にも書いた（か）ように、もの（み）の見方（かた）（世界観（せかいかん））は、育（そだ）った家庭（かてい）や文化（ぶんか）、

それ（それ）までの経験（けいけん）など（など）によって 一人（ひとり）ひとり ちがいます。

あいて せかいかん
相手（あいて）が どん（どん）な世界観（せかいかん）を もって（もって）いる（いる）のか（か）を、

まえ し
前（まえ）も（も）って（って）知（し）る（る）こと（こと）も でき（でき）ません（ません）。

たいせつ ひと
大切（たいせつ）なのは、人（ひと）は それ（それ）ぞ（ぞ）れ（れ）、もの（み）の 見え方（かた）や 考え（かんが）かた（かた）が ちが（ちが）う（う）」

ということ（こと）を 理解（りかい）して、相手（あいて）の 考え（かんが）を 大事（だいじ）に（に）し（し）な（な）が（が）ら（ら） 話（はな）す（す）こと（こと）です（です）。

そう（そう）する（する）こと（こと）で（で）、相手（あいて）が 本（ほん）当（とう）に（に）必（ひつ）要（よう）と（と）して（して）い（い）る（る）助（たす）け（け）に（に）も、

き
気（き）づ（づ）き（き）や（や）す（す）く（く）な（な）り（り）ま（ま）す（す）。

さ（さ）っき（き）の（の）例（れい）だ（だ）と、次（つぎ）の（の）よ（よ）う（う）に（に） 話（はな）して（して）み（み）る（る）の（の）は（は） どう（どう）で（で）し（し）ょう（ょう）か（か）。



ピア
サポーター

とても つらそうですね。

びょういん い
病院には 行かれましたか？



あいて
相手

いえ やす だいじょうぶ
いいえ。家で休んでいれば 大丈夫ですよ



ピア
サポーター

ねつ しんぱい
熱があると 心配になりますよね。

びょういん い ほうほう
病院に行くという方法もありますか？

いえ やす あんしん
家で休むほうが 安心しますか？



あいて
相手

ねつ で
熱が出ても、

いえ ね なお
いつも家で寝て 治しているので…。

びょういん い
病院に行くものなののでしょうか？



ピア
サポーター

なるほど、いま
なるほど、今までは そうしてきたのですね。

わたし く あい わる びょういん い
私は 具合が悪くなると 病院に行くほうですが、

あなたは どうしたいとおも
あなたは どうしたいとおもっていますか？



あいて
相手

びょういん い
病院に行くのは ちょっと…

いま たいちょう なん
でも、今の体調は 何とかしたいです…

ポイントは、「あなたは そういうふう^{かんが}に考えているのですね」

と受けとめながら 話を^{はなし ひろ}広げることです。

「どちらが^{ただ}正しいか」は 大切^{たいせつ}ではないことも あるのです。

もの^{みかた}の見方^{せかいかん} (世界観) を知るための問いかけの例^{し と れい}

けいけん
経験の
い み さく
意味を探る

できごと
その出来事は、あなたにとって
どのような意味^{い み}がありましたか？

せかいかん
世界観の
はいけい き
背景を聞く

かん
そう感じるようになったのは、
どんな体験^{たいけん}があったからですか？

べつ みかた
別の見方を
かんが
考えてみる

ひと おな ぼめん み
もしほかの人が 同じ場面を見たら、
どう感じる^{かん}とおもいますか？

たが かん かた
お互いの感じ方を
くら
比べてみる

かん
わたしは こう感じたけど、
あなたは どうおもいましたか？

みらい む
未来に向けて
かんが
考える

かんが かた
これからは、どんな考え方を
ため
試してみたいですか？

えんしゅう
演習

その1

「安心して話ができたとときの 聴き手の態度」のワーク

いま せいかつ なか ひと あんしん はな
 今までの生活の中で、「この人には 安心して話せたな」
 はなし き かん ぼめん おも
 「話を聞いてもらえてうれしかったな」と感じた場面があると思います。
 そのとき、聴いてくれた人は どんな態度だったのかを思い出して、
 みんなに しょうかい
 みんなに 紹介してみましょう。

えんしゅう すす かた
演習その1の進め方

1. じぶん けいけん おも だ か やく ぶん
 自分の経験を思い出して 書く (約3分)
 じぶん けいけん ふ かえ
 自分の経験を振り返りながら、
 あんしん き て たいど みじか ぶん
 安心してができたとときの 聞き手の態度を 短い文で まとめます。
 れい ひてい き
 例：うなずいてくれた、否定しなかった、ゆっくり聞いてくれた……など
2. グループで しょうかい ぶん
 紹介しあう (12分くらい)
 ひとり ぶん じぶん ないよう はっぴよう
 1人につき1分くらいで、自分がまとめた内容を 発表します。
 ぜんいん はっぴよう お
 全員の発表が終わったら、
 かん き つた
 感じたことや気づいたことを 伝えあいます。

その2

ふたり き あ
2人で聴き合うワーク

その2-1：話を聴くワーク

えんしゅう すす かた
演習その2-1の進め方

1. にん くみ つく
 3人1組のグループを作ります。
2. かいめ き て はな て かんさつ ひと やくわり き
 1回目の「聞き手」「話し手」「観察する人」の役割を決めます。
 やくわり こうたい ぜんぶ かい
 (役割を交代して 全部で3回 おこないます。)

3. 話し手が話をします。(3～5分)

話題の例：最近気づいた自分の変化、家族・友達・当事者仲間のこと、最近あったできごと など

聞き手は、話を丁寧に聴きます。

相手の感じ方やものの見方（世界観）に関心を向けます。

質問をしてもいいですが、アドバイスや意見は控えます。

4. 役割を交代して、3と同じことをします。

3回おこなって、全員が1回ずつ「聞き手」役をします。

5. 終わったら、話してみての感想、聴いてみての感想、

観察していて気づいたことを3人で話し合います。(10分)

その2-2：言葉を使わないで話を聴くワーク

演習その2-2の進め方

1. 3人1組のグループを作ります。

2. 1回目の「聞き手」「話し手」「観察する人」の役割を決めます。
(役割を交代して全部で3回おこないます。)

3. 話し手が話をします。(3～5分)

話題の例：ワークその2-1の話題の続き など

聞き手は、言葉を使わずに聴いてみます。

うなずき、目線、しぐさなどの「言語ではない表現」で、

話を受けとめた気持ちを自然に伝えます。

4. 役割を交代して、3と同じことをします。

3回おこなって、全員が1回ずつ「聞き手」役をします。

5. 終わったら、3人で振り返ります。(10分)

よかったこと、難しかったこと、感じたことなどを話し合います。

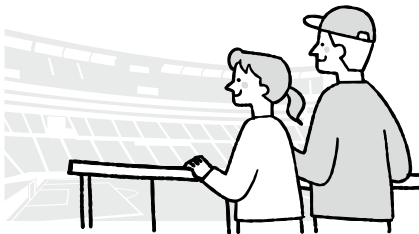
4

しょうがいふくし など 障害福祉サービス等の きそ じっさい 基礎と実際

この項目では、障害福祉に関係する制度や法律について知り、ピアサポート活動に活かしていくことをめざします。

(1) 「誰もが自分の思いを大切にしながら お互いの思いを大切に示あえる社会」をめざす 法律や制度

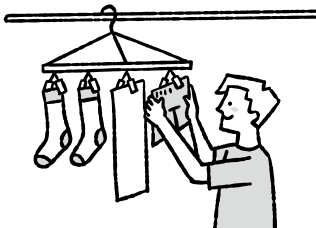
いま しょうがいふくし
今ある障害福祉サービスなど



す 好きなスポーツを観るために、
いっしょに でんしゃ の 乗ってついてきて
いっしょに たの 楽しんでくれる人



いきたい会社で働かために、
いっしょに 面接テストの 練習をして
ごうかく 合格したら いっしょに よろこ 喜んでくれる人



じたく じぶん の かわりに
せんたくもの ほ 洗濯物を干してくれる人



はたら 働いているカフェで おいしいコーヒーの
いれ方を 教えてくれる人

このような しょうがいふくし 障害福祉サービスなどは、

にほん 日本ちいきのどの地域でも りよう 利用することができるようになっています。

しかし、ちいき 地域によっては サービスをおこなう施設しせつが少くない などの
もんだい 問題もあります。

それぞれの地域ちいきには、

「じりつ しえん きょうぎかい 自立支援協議会」という はな 話しあいの場ばがあります。

それぞれの地域ちいきの課題かだいについて ちいき 地域の人たちひとが話し合う場ばです。

はな 話し合いを聴きに行くことき（ぼうちよう 傍聴）も できます。

ちいき 地域のホームページに にっけい 日程などが載のっていますので、

かんしん 関心をもって み 見てみましょう。

しょうがいふくし 障害福祉サービスなどは、

「しょうがいしゃそうごうしえんほう 障害者総合支援法」という ほうりつ 法律で き 決められています。

この法律は、ほうりつ 3年ごとに ねん 見直みなおされることになっています。

くたいてき 具体的な しょうがいふくし 障害福祉サービスないようの内容については、

こうせいろうどうしょう 厚生労働省という国くにの役所やくしょのホームページかに書いてあります。

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/
bunya/hukushi_kaigo/shougaisihakukushi/
service/naiyou.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/shougaisihakukushi/service/naiyou.html)



職場しよくばの同僚どうりょうやピアサポーターピアサポーターのネットワークなどで情報交換じょうほうこうかんをして、
障害福祉サービスしょうがいふくしなどについて新しい情報あたらしいを得られるえようにすると
よいでしょう。

今の障害福祉サービスなどは どうやって できた？

日本にほんでは、2000年ねんから福祉ふくしが大きく変わおっていきました。
障害しょうがいのある人ひとたちに対しては、次の3つつぎをめぐして
新しい制度あたらしいが考かんがえられました。

- ① 一人ひとりひとりが自立じりつできるようにし、
自分じぶんで選えらんだことが大切たいせつにされる制度せいどをつくる
- ② 質しつの高い福祉たかサービスを広ひろげる
- ③ 地域ちいきでの生活せいかつをいろいろな面めんで支援しえんするため、
地域ちいきの福祉ふくしを充じゅうじつ実じつさせる

このために、それまであったいくつかの法律ほうりつを新あたしくして、
2003年ねんからは「支援費制度しえんひせいど」という新あたしい制度せいどがはじまりました。
この制度せいどができて、どの施設しせつで障害福祉サービスしょうがいふくしを使うつかかを
障害しょうがいのある人ひと自身じしんが選えらべるようになりなりました。
しかし、障害福祉サービスしょうがいふくしのために役所やくしょが出だすお金かねが足たりなくなり、
支援費制度しえんひせいどは続つづけられなくなりました。
そのため、2006年ねんに「障害者自立支援法しょうがいしゃじりつしえんほう」がはじまりました。
しかし、この法律ほうりつにも問もん題だいがありました。

しょうがいしゃ じりつ しえん ぽう
障害者自立支援法では

サービスの料金のうち 1割を 利用者が負担しなければならない など、
「憲法に 違反している」といわれるような 内容でした。

そこで 2010年に「障がい者制度改革推進会議」という

話しあいの場が つくられました。

この会議に参加した人の 半分以上が 障害のある人や その家族でした。

障害のある人たちに関する制度を 障害のある人たちが中心になって

つくる という 大きな出来事になりました。

この会議の内容は、1の4で紹介した「障害者の権利条約」にも

大きく 影響を受けました。

障害者の権利条約が つくられるときには、

「私たちのことを、私たち抜きで決めないで」が

合い言葉になっていました。

また、「社会のほうに バリアがある」という

「社会モデル」の考えかたを 大切にしました。

障がい者制度改革推進会議で つくられた 日本の新しい制度でも、

こうした考えかたが 大切にされました。

また、障害のある人たちの団体は、

新しい制度に対して 次の「6つのめざすもの」を 求めました。

6つのめざすもの

1. しょうがい しみん びやうどう こうへい
障害のない市民と平等・公平になるよう、
ひつよう しえん う けんり まも
必要な支援を受ける権利を守る

2. しえん う ひと
支援を受けられない人をなくし、
しょうがいしゃ たいしやう
すべての障害者を 対象とする

3. しちやうそん かね りやう
市町村がもっている お金の量などで
ちいき さ で
地域ごとに差が出ないようにする

4. せいしんしょうがい ひと かてい じじやう
精神障害のある人らが 家庭の事情などで
にゆういん ほお もんだい かいけつ
入院させられるといった 放っておけない問題を 解決する

5. しょうがい ひと ほんとう ひつよう しえん う
障害のある人が 本当に必要な支援を 受けられるようにする

6. 1 から 5 までを おこなうために
やくしよ かね た
役所のお金が 足りなくならないようにする

※ しょうがいしゃせいどかいかくすいしんかいぎそんごうふくしぶかい
障害者制度改革推進会議総合福祉部会

「障害者総合福祉法の骨格に関する総合福祉部会の提言 -新法の制定を目指して-」

(2011年8月30日)をもとに、わかりやすく書き換え

2013年から はじまって 今もある 「障害者総合支援法」では、

「6つのめざすもの」は まだ十分には できていませんが、

まえ しょうがいしゃじりつ しえん ほう もんだい てん か
前の障害者自立支援法で 問題だった点は 変わりました。

これから せいど ほうりつ よ
制度・法律を より良いものとするために、

ピアサポーターも しゃかい いけん つた たいせつ
社会に 意見を伝えていくことが とても 大切です。

(2) 自分らしく暮らすこと

障害福祉サービスなどの種類によっては、

「サービス等利用計画」をつくることがあります。

相談支援専門員という人が、障害のある人の思いや考えを聴きながら、

どのようなサービスを使うかなどの計画をつくります。

障害のある人やその家族が計画をつくる場合もあります。

これを「セルフプラン」といいます。

計画をつくるときには、障害のある人にサービスについての

詳しい情報が伝わるのがとても大切です。

情報が足りなければ、本当に必要なサービスが

選べなかったりするからです。

情報が十分にあることで、自分らしく暮らせることにつながります。

ただし、特に障害福祉サービスの施設で働くピアサポーターには

意識してほしいことがあります。

それは、障害のある人が誰でもいつでも

困っているわけではないということです。

これから新しく計画をつくらなくても、

自分らしい暮らしができている場合もあります。

相手に情報を伝えたくて、これからどうするかは、

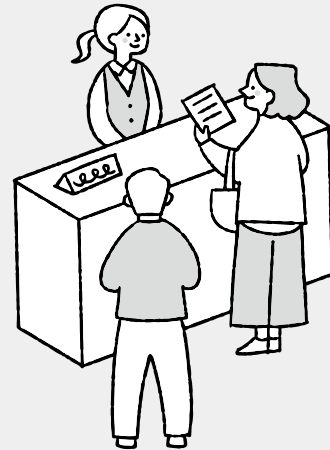
その相手の思いや考えを大切にします。

☑ 障害福祉サービスなどを使う流れ

- 自分らしく暮らせていない状態
- 必要と思われる情報を手に入れ、自分の思いを大切にしたいと感じられる環境



- 必要な障害福祉サービスなどが書かれたサービス等利用計画案を作る
- 障害福祉サービスの利用を役所に申請する
- 自分らしい暮らしを実現するためのチームが集まって方向を確認する（サービス担当者会議）



- 障害福祉サービスの支給が決定
- 障害福祉サービスの提供状況や使い心地の確認（モニタリング）



(3) いろいろな場面でのピアサポートの活用

今の障害福祉サービスなどの制度や法律には、
まだまだ問題もあります。

でも、だからといって

自分らしい暮らしができないわけではありません。

自分らしい暮らしができるかどうかは、

制度や法律以外のことも関係してきます。

ピアサポート活動も、その一つです。

仕事としてお金をもらっておこなうピアサポートのほか、

ふだんの暮らしのなかで障害のある人同士で支えあうことで、

自分の思いを大切にできる社会になっていくことでしょう。



ピアカウンセラー



ピアヘルパー



ピアサポーター



ピアスタッフ



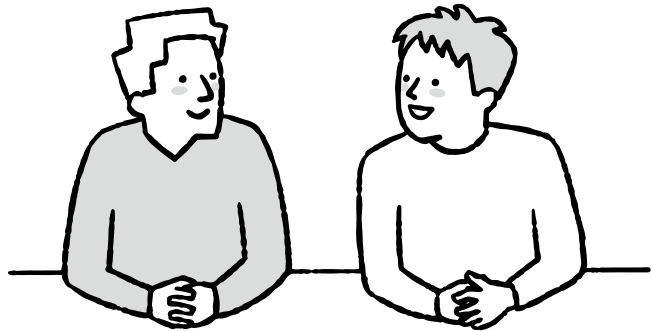
じじょ
自助グループの
せわにん だいひょう ひと
世話人(代表の人)



がっこう きょういくげんば
学校(教育現場)での
ピアサポート

えんしゅう
演習

ふだんの暮らしのなかで、
 どんなところにピアサポーターがいて、
 どんなことができるの いいでしょうか？
 あなたが暮らす街・いつもの生活や、
 あなた自身が「とても助かった」
 という経験を思い浮かべて、
 自由に考えを伝えてみてください。
 あなたの考えが制度になって、
 誰にでも使えるサービスになるかもしれません。



(1) あなたの経験が役に立つ

しょうがい びょうき けいけん
障害や病気などの経験は、

あなたにとって いやなことかもしれません。

ただ、ピアサポーターとして活動^{かつどう}するときには、

あなたの経験^{けいけん}が ほかの人の役^{やく}に立つことになります。

しょうがい ひと
障害のある ほかの人は もちろんのこと、

その家族^{かぞく}、支援者^{しえんしゃ}などにも 役^{やく}に立つことができます。

☑ ピアサポーターだからこそ できること

- 相手が受けている差別^{さべつ}などを 自分^{じぶん}のこゝろのように感じ^{かん}られ、

相手の立場^{たちば}に寄りそって 考え^{かんが}ることができる。

- あなたが経験^{けいけん}した話を 相手^{あいて}が聴^きくことで、

相手が「自分^{じぶん}だけじゃないんだ」と思^{おも}えたり、

自分^{じぶん}の考え^{かんが}かたなどを 変^かえる きっかけ^きになったりする。

あなたが経験^{けいけん}した話^{はなし}から、

相手^{あいて}が 将来^{しょうらい}のことを 具体^{ぐたいてき}的に 想像^{そうぞう}することが できる。

また、悩み^{なや}や 困りごと^{こま}を 解決^{かいけつ}する ヒントになる。

しょうがい ひと ちゅうしん
障害^{しょうがい}のある人^{ひと}が 中心^{ちゅうしん}になることの大切^{たいせつ}さを

家族^{かぞく}や 支援者^{しえんしゃ}、そして 社会^{しゃかい}に向けて 伝^{つた}えることができる。

そして、自分の経験がほかの人の役に立つことで、
あなた自身にもよい影響があるでしょう。

これらがピアサポート活動の特徴の1つであり、
とても魅力的な仕事になる可能性があるので。

もちろん、ピアサポート活動は
相手のことを第一に考えておこないます。

それでも、ピアサポート活動をしていくうちに、
あなた自身の悩みや困りごとを解決するヒントが
見つかるかもしれません。

(2) ほかの職種・機関との「協働」

相手の話を聴いて、自分の経験を話すといった活動は、
あなた1人でもできると思います。

ただ、ピアサポートをおこなっていくなかで、
ピアサポーターではない人や、福祉施設・役所・グループなどと
協力して進めていくこと（協働）が必要なこともあるでしょう。

たとえば、相手が障害福祉サービスを
使おうと考えていたり、いま使っている場合、
サービスの詳しい説明は障害福祉の専門の人がおこなうなど
役割を分担することができます。

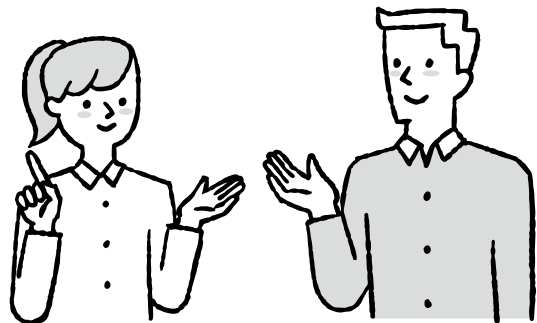
また、相手の考えが 障害福祉の関係者などに
うまく伝わっていないような場合には、
相手の思いに寄りそって 関係者に確認することもあります。

ほかの人や施設などと 協力するとき、
あなたの考えと ほかの人や施設などの考えが違うこともあるでしょう。
そのようなときは、争うのではなく、
いろいろな見かたがあることを理解しながら、
ていねいに話しあっていきましょう。
そうすることで、お互いに 信頼しあえるようになります。
これは、ピアサポートをする相手にとっても大切なことです。

相手から聴く話のなかには、
まだ ほかの人には話していない内容もあるかもしれません。
その場合は、相手に
「障害福祉の関係者の人たちにも 知ってほしいですか？」
と 確認してみます。
相手が「知ってほしい」という場合には、
「あなたから 今度 話してみますか？」と 聞いてみます。
相手が「自分では 話しづらいから、代わりに 話してほしい」と
希望した場合には、
あなたが 代わりに 伝えることもあるかもしれません。
相手の思いや考えを知って、大切にすることが、
ピアサポーターができる 大事な役割です。

えんしゅう
演習

- ① ピアサポーターの専門性を
活かせるようになっていくために、
わたしたちは どのようなことをすると
良いでしょうか。
- ② 支援の内容や方法について、
障害福祉の他の職員と
意見が合わない場合もあると思います。
そのようなとき、どうしたら良いでしょうか。
(専門職のかたは、同僚である他の専門職、
またはピアサポーターと
意見が合わない場合を想定してください。)



おわりに

2016年（平成28年）度から厚生労働省の研究事業として「障害者ピアサポートの専門性を高めるための研修に関する研究」が始まりました。

当時、アメリカやカナダでは「認定ピアスペシャリスト」がすでに活躍しており、日本でも精神障害の領域を中心に、同様の仕組みを目指した活動が進んでいました。しかし、その研究事業がこれまでと違っていたのは、「すべての障害（身体・知的・精神など）」を対象とした共通の養成研修を作り上げるという点でした。

日本の障害福祉は、障害ごとに法律や活動が整えられてきた歴史があります。そのため、それぞれの領域で活動してきた当事者の皆さんが、果たして「ひとつになる」という決断をしてくださるだろうか、という大きな不安がありました。

しかし、多くの方々がこの事業の趣旨に共感してくださったことで、研究班が立ち上がりました。それぞれの障害の違いを受け止めながら、共通する大切な部分を軸にして、現在の「障害者ピアサポート研修」が創り上げられたのです。

その後、「障害者の権利に関する条約」の批准という後押しもあり、2020年度（令和2年度）には、この研究事業が国の「地域生活支援事業」に位置づけられました。さらに令和3年度の報酬改定では、一部のサービスにおいて「ピアサポート体制加算」や「ピアサポート実施加算」が認められることになったのです。

その後、研究を始めた当初は想像もできなかったスピードで、この研修が全国に広がっています。時折、夢ではないかと思うこともありますが、同時に、今はまだ「スタートライン」に立ったばかりだとも感じています。

この研修を通じて、各地にピアサポートの「種」が蒔かれました。それがしっかりと芽を出し、大きく育っていくかどうかは、研修を終えた皆さんのこれからの活動にかかっています。

10年後、20年後の障害福祉サービスの中で、ピアサポーターが当たり前前の存在として確かな場所を築いていることを、心から願っております。

わ せ だ だいがく いわさき かおり
早稲田大学 岩崎 香

氏名	所属
あきやま つよし 秋山 剛	えぬていーていー ひがしにほんかんとうびょういん NTT 東日本関東病院
あきやま ひろこ 秋山 浩子	とくべつひえいりかつどうほうじん じりつせいかつ ひの 特定非営利活動法人自立生活センター日野
あべ えりこ 安部 恵理子	こくりつしょうがいしゃ 国立障害者リハビリテーションセンター
いையま かずひろ 飯山 和弘	しゃかいふくしほうじん 社会福祉法人じりつ
いがらし のぶあき 五十嵐 信亮	たけだ そうごうびょういん 竹田綜合病院
いちぎ たかひろ 一木 崇弘	くまもとだいがくだいがくいんせいめい かがくけんきゅうぶ しんけいせいしん いがくこうざ 熊本大学大学院生命科学研究部 神経精神医学講座
いたに しげと 井谷 重人	しーあいえる ほしぞら CIL 星空
いちかわ たけし 市川 剛	みらい かい 未来の会
いわかみ よういち 岩上 洋一	しゃかいふくしほうじん 社会福祉法人じりつ
うちぬの ともゆき 内布 智之	いっぱんしゃだんほうじん 一般社団法人 日本メンタルヘルスパイアサポート専門員研修機構
おおた れいこ 太田 令子	ちばけん ちば 千葉県千葉リハビリテーションセンター
かどや みつお 門屋 充郎	とくべつひえいりかつどうほうじん とかちしょう しゃしえん 特定非営利活動法人十勝障がい者支援センター
かや さとし 彼谷 哲志	とくべつひえいりかつどうほうじん 特定非営利活動法人あすなる
きりはら なおゆき 桐原 尚之	ぜんこく せいしんびょう しゃしゅうだん 全国「精神病」者集団
こさか かずのり 小阪 和誠	しゃかいふくしほうじん 社会福祉法人ソラティオ
さいとう けん 齊藤 健	しゃかいふくしほうじん ほうしんかい 社会福祉法人豊心会
さかえ セツコ 栄 セツコ	ももやまがくいんだいがく しゃかいがくぶ 桃山学院大学 社会学部
ささき りえ 佐々木 理恵	とうきょうだいがくだいがくいん いがくけい けんきゅうか 東京大学大学院医学系研究科 医学のダイバーシティ教育研究センター
しまづ わたる 島津 渡	かぶしきかいしゃ しんわ 株式会社真和

し め い 氏名	し ょ ぞ く 所属
しのみや み え こ 四ノ宮 美恵子	しょうがいしゃしえん しせつうめがおかじりつくんれんじぎょう 障害者支援施設梅ヶ丘自立訓練事業
たいら こうじ 平良 幸司	しゃかい ふくし ほうじんよこはまし しゃかいじぎょうきょうかい 社会福祉法人横浜市社会事業協会 よこはまし ほどが や くせいかつしえん 横浜市保土ヶ谷区生活支援センター
たなか ようへい 田中 洋平	しゃかい ふくし ほうじん ほうしんかい 社会福祉法人豊芯会
つみ あいこ 堤 愛子	とくてい ひ えいり かつどう ほうじん じりつ せいかつ 特定非営利活動法人自立生活センター まちだ 町田ヒューマンネットワーク
つちや かずこ 土屋 和子	とくてい ひ えいり かつどう ほうじん しみん ひの 特定非営利活動法人市民サポートセンター日野
なかた けんじ 中田 健士	かぶしきかいしゃ まーず 株式会社 MARS
ながもり しおり 永森 志織	とくてい ひ えいり かつどう ほうじんなんびょうしえん 特定非営利活動法人難病支援ネット・ジャパン/ いっぽんしゃだん ほうじんぜんこくこうげんびょうとも かい 一般社団法人全国膠原病友の会
はしもと さなえ 橋本 早苗	しゃかい ふくし ほうじん ほうしんかい 社会福祉法人豊芯会
ひるかわ りょうこ 蛭川 涼子	とくてい ひ えいり かつどう ほうじん じりつ せいかつ すてっぷ 特定非営利活動法人自立生活センターSTEP えどがわ
ひろの ゆい 広野 ゆい	とくてい ひ えいり かつどう ほうじん 特定非営利活動法人 でい-でい-え-しー はったつしょうがい おとな かい D D A C (発達障害をもつ大人の会)
またむら あおい 又村 あおい	いっぽんしゃだん ほうじんぜんこく て いくせいかいれんごうかい 一般社団法人全国手をつなぐ育成会連合会
みはら むつこ 三原 睦子	にんてい えぬび-おー ほうじん さ が けん なんびょうしえん 認定 NPO 法人佐賀県難病支援ネットワーク
みやけ みち 三宅 美智	こくりつせいしん しんけいりりょうけんきゅう せいしん ほけん けんきゅうじょ 国立精神・神経医療研究センター精神保健研究所
みやもと ゆき 宮本 有紀	とうきょうだいがくだいがくいん いがく けいけんきゅうかけんこうか がく かんご がくせんこう 東京大学大学院医学系研究科健康科学・看護学専攻 せいしん かんご がく ぶんや 精神看護学分野
やべ しげや 矢部 滋也	いっぽんしゃだん ほうじん ほっかいどう きょうかい 一般社団法人北海道ピアサポート協会
やまくち そうせい 山口 創生	こくりつせいしん しんけいりりょうけんきゅう せいしん ほけん けんきゅうじょ 国立精神・神経医療研究センター精神保健研究所
よしの さとる 吉野 智	ぴーだぶりゆー こうどうがいしゃ P W C コンサルティング合同会社

れい わ ねん ど こうせい らう どう が く けんきゅう ひ ほじょ きん
令和 7 年度厚生労働科学研究費補助金

しょうがいしゃせいさくそうこうけんきゅうじぎょう
(障害者政策総合研究事業)

しょうがいしゃ けんしゅう じっしないう けんしやうおよ
障害者ピアサポート研修の実施内容の検証及び

さら こうかてき じっしほうほう かくりつ む けんきゅう
更なる効果的な実施方法の確立に向けた研究

き そ けんしゅう しょうがいとうこうぼん だい ほん
基礎研修テキスト (障害統合版 第 2 版)

わかりやすい版

ぼんへんしゅう いっぼんしゃだんほうじん
わかりやすい版編集：一般社団法人スローコミュニケーション

デザイン：DeHAMA

ピアサポート

基礎研修テキスト

障害統合版第2版

わかりやすい版



『ピアサポート専門研修テキスト 障害統合版第2版』は、平成28年度から3年間にわたって実施した
「厚生労働科学研究費補助金(障害者政策総合研究事業(身体・知的分野))障害者ピアサポートの専門性を
高めるための研修に関する研究」および令和3年度厚生労働省障害者総合福祉推進事業
「障害者ピアサポート研修における講師の養成のための研修カリキュラムの効果測定及びガイドブックの開発」の
一環として作成した専門研修テキストを改編したものです。