

Web さくら通信 VOL.2

令和6年度

しごとネットさくら

ピアサポート活動報告



令和6年度しごとネットさくらピアサポート活動を北上地区、花巻地区にて開催しました。就労移行支援事業所チャレンジドジャパン北上様から講師をお招きし「身だしなみ」と「アサーティブな自己表現」をテーマに受講しました。



相手の考えを尊重し、お互いが認め合

いながらコミュニケーションを深める

「アサーティブな自己表現」を言語化

するのに苦労していました。

それでも参加の皆さんは、新たな視点

を意識するきっかけになったようです。



後半は、ピアサポーターをお招きし、
インタビュー形式で就労に至るまで
の経緯、現在の作業内容、健康面や
生活面で工夫している事など体験談
が語られました。

ピアサポーターと参加者の 意見交換（一部抜粋）

★健康に不安があり仕事をすることに不安があります。

◎自分も何度も挫折があり今に繋がっています。
諦めず投げ出さず体調管理に気を付けて事にあ
たってほしいです。

★決断できない事があり悩んでいます。

◎悩んだら根元に立ち返っても良いのではないか。
ダメだったらまた戻る。トライ&エラーが良いと
思います。
トライした自分を褒める。心が喜ぶことを紙に
書いて誰かに見てもらう等気晴らしも大事だと
思います。

参加者の声

ピアサポーターの体験談が自分の将来の姿と捉え、現
状の苦しさが続くわけではないと自覚された方もい
らっしゃいました。