

# でんごんぼん あるこ伝言板 (11月号)

## ●スタッフのひとりごと●

先日、あるこ大学（自分の興味のあることを調査して発表するプログラム）で「べてるの家と当事者研究」についての発表を行いました。べてるの家とは、北海道浦河町にある精神保健福祉施設の名称で、当事者研究とは、そこで発案された、日本のベストプラクティス（症状に対する効果的な活動）の一つとして評価を受けている活動のことです。簡単に概要を説明すると、自分の症状を「自分で研究する」ということと、病気にまつわる色々な名称を、一般的に使われる言葉を用いず、自分たちで決めた言葉（例：症状→苦勞・失敗→経験・思い込み→お客さん、等）を使うというものです。一見すれば、冗談のようにも思える取り組みですが、ここには、私たちと病気との関係における、とても大切な「見直し」があるように思います。ともすれば私たちは、自分の症状や、それに伴う経験を「無い方が良いもの」と思いがちですが、そうしたネガティブな見方をやめて、「それも自分の一部なんだ」と暖かな目で見つめ直す機会に出会えることが、この活動が多くの人に受け入れられる理由であると感じます。現在、べてるの家以外にも、当事者研究を取り入れる施設が増えています。私も月一回、群馬県の華蔵寺クリニックさんで行われているピアリンク（べてるの家の向谷地さん親子が講師にいらっしゃっています）に参加していますが、あるこでも、少しずつそうした取り組みができたらい、「同好会」と称した当事者研究を始めてみることにしました。ご興味のある方、ぜひ私たちと一緒に、楽しみながら研究に挑戦できたらと思っています。

## ●外出で「颯埜扉」さんに行きます！！●

11月26日（土）の外出では、小手指にある「颯埜扉カフェ」に行きます！颯埜扉のコーヒーは数十種類の豆から週がわりで3種類の豆を選び、手で挽いて一杯一杯ドリップしています。颯埜扉カフェで調理&接客をして下さるのは、颯埜扉カルミア（就労移行支援）のメンバーさんたちです。就労に向けての準備をしているメンバーさんたちのお話を聞くこともできると思います。



ちいきかつどうしえん  
地域活動支援センターあるこ

電話 04-2922-3439

HP <http://arco.michikusa.jp>

メール [cafe.arcocafe@gmail.com](mailto:cafe.arcocafe@gmail.com)

かいしょじかん  
開所時間 9時～17時

にちよう すいよう しゅくさいじつ やす  
日曜、水曜と祝祭日はお休みです。

スタッフ 加藤 絵里 松浦 康介