

# 2024年3月3日(日) F-ACTOR の会共催 研修会 『改めてリハビリ運動を広げよう!』

時間：14：00～16：30

参加申し込み者数：72名（役員15名含む）

参加者：65名（役員12名含む）

## アンケート結果（アンケート回答数 27件：回答率51%）

### 1. 研修会に参加しての満足度はいかがでしたか

- |              |    |       |
|--------------|----|-------|
| ・とても満足できた    | 23 | (85%) |
| ・まあまあ満足できた   | 4  | (15%) |
| ・あまり満足できなかった | 0  |       |
| ・全然満足できなかった  | 0  |       |

### 2. 上記の理由を教えてください(27件)

- 学ぶ事が多くありました。
- 私自身が支援者という立場ですが、こういった機会にピアサポーターの方から直にきけたため。
- 増川さんの自然体なお話や、会の和やかな雰囲気、お話が理解しやすかった。
- 当事者体験談が非常にわかりやすかった。ピアサポーターや他医療従事者の方と話す機会がもてたこと。
- 福島県の新しい友だちができました
- もっと会場との話の時間が欲しかったー！
- リハビリ、ウェルネス、知識をもっと高めていきます。
- リハビリとウェルネスという考えがより細かく理解することができました。
- フロアとの意見交換、等身大の発表とセッション
- とても満足できた。リハビリ、ウェルネス、WRAP というそれぞれの定義や捉え方を認識できた。私自身わからないこともあったので勉強をしたいと思う。
- リハビリとウェルネス、well-being の関係性が理解できた。
- リハビリに関して良く知れたから。
- 体調不良の当事者（利用者）やピアスタッフを抱えています。リハビリする力があることを信じて見守りたいと思いました。
- リハビリ、ウェルネス、WRAP についてこんなに考えたことはなく、ねてるさんや片山さんや参加者の意見を聞き、ものすごく視野や考え方が広がった気がします。今後も考え続けていきたいと思っています。
- 対談でリハビリとウェルネスについてわかりやすく話していただいた。
- わかりやすいし楽しかった。
- ねてるさんのお話とてもよかったです。
- リハビリやWRAPについて知ることができ、今後に活かしていきたいと思っています。
- 当事者の生の声が聴けて勉強になった。
- リハビリについて新たな知識が聞けた。
- ねてるさんのお話がわかりやすくて良かった。また聞きたいです。
- WRAP 以外の考え方にたどり着くまでの話が面白かったから。
- リハビリの意味など深く考えさせられました。健康、家、仲間・共同体、やりがいのバランスの大切さ。

リカバリーとウェルネスの違い。

- さまざまなリカバリーの考え、ねてるさんの辿った足跡、そして今到達している地点を見せていただき、本当にありがたかったです。
- 内容が面白かった。

### 3. 話題提供者の発表についてのご意見やご感想をお書きください(23件)

- 色々な事を深く調べられていて、いつも感心させられます。資料も分かりやすいです。本日はありがとうございました。
- 自身がこれまでどういった考えや気持ちで治療などに向き合ってきたか、またどういう気づきがあったか、どのように自身にはたらきかけてきたかなどあらゆる角度からお話いただけたことがよかった。
- リカバリーの細部にも、個別性がある。
- 希望、についてのお話も伺えて、腑に落ちました。
- 希望というよりは明るい見通しだということ、そして希望を話してもらう時の聴き方のヒントを得ました。
- ねてるさんの講演会は以前にも伺ったことがありますが、その先のリカバリーについても伺えてうれしかったです。
- ウェルネス、リカバリーとは何か?について考えることができた。
- わかりやすい話し方で理解できました。
- 情報については自分で取得しに行きたいと思います。等身大の自分を共有してくれてありがとう。
- とてもわかりやすく良かった。本人自身が感じたことを表現されており、支援者としても考えるところが多かった。
- 支援する側としてどうしたら良いか、リカバリーに寄り添えたら、または寄り添うにはどうしたものか?
- とても良かったです。
- いつも元気なねてるくんを見れて良かったです。
- 改めてわかりやすい発表を聞くことができ、理解が深まりました。
- リカバリーとウェルネスについては難しいところもあったが、ねてるさんの話も聞き、わかりやすかった。
- 増川ねてるさんのお話は参考になりました。
- 大変わかりやすかったです。
- ご自身の経験に基づいて話をさせていただいてわかりやすかった。
- 専門的な知識の提供をいただいた。
- また話が聞きたい。
- 大変いい話だった。
- とても面白かったです。言葉の意味の大切さ、体験を基にしたお話が勉強になりました。
- 久しぶりにねてるさんとお会いできてうれしかったです。
- 引き込まれるお話でした。

### 4. ディスカッションについてのご意見やご感想をお書きください(22件)

- 良いディスカッションが聞けました。
- いつも思っていた、疑問。何処までリカバリーするのか?リカバリーしなくてはならないのか?等等、皆さんのお話を伺えて良かったです。
- 片山さんのカーレースの例えが分かりやすかった。当事者の立場からの話がさらに深く聴けたと思います。
- 会場の方との語り合いも早めに企画していただき、学びが深まりました。
- そのぞれの考えが聞けておもしろかった。参加者の意見もとても貴重でした。自分なりに考えを深めていきたいと思います。

- 会場にいる人たちの意見をも交えて活発な意見交換になっていたと思う。
- 3人だから話せるお話が聞けたと思います。
- ねてるさんと片山さんと田村さんのやり取りが本当に良かった。とても深い話で、当事者が実際にそこまで考えているというところではびっくりもした。今後支援者としても考えていきたいと思う。
- とてもわかりやすい質疑応答があり楽しく学べました。
- 内容が良かったです。
- 田村さん、片山さんのお話が聞けて良かったです。
- ねてるさんの「わあ！いいですね」という反応が印象的でした。とても心地の良いディスカッションでした。
- 精神科の訪看をしていて、今後リハビリ、ウェルネスに着目しながら看護に活かしていきたいと思った。
- ウェルネス、リハビリの話は参考にさせていただきたいと思います。
- 皆さんのお話とても良かったです。貴重な時間をありがとうございました。
- 参考になりました。
- フランクな場のあり方がとても新鮮でした。
- もっと話し合いが出来たら、一日の研修会とか。
- リハビリについての話が良かった。
- 雰囲気よく、すごく楽しく感じました。勉強になることも多く感じ、仕事に繋がれると思いました。
- 三人それぞれの立場からの見え方、ご意見が聞けました。おそらく(自分も含めて)もっと多くの質問もあったかと思いますが、それは次回以降の楽しみにしたいと思います。
- ディスカッションは参加したかったが遠慮してしまいました。

## 5. 今後の F-ACTOR の会に期待すること、ご要望などございましたらお書きください(12件)

- 本日はありがとうございました。またこのような機会を楽しみにしています。
- 今回のような当事者からのお話、研究結果に基づいた取り組みなどの研修会があったらぜひ参加してみたい。
- また、機会があれば、今回のような研修に参加して学び、自分に何ができるかを、考えたい。
- クライシスプランを立てる時の医療従事者の対応が、ある程度標準化するためのコツを教えてください。
- 東京で支援者をしていましたが、解離性障害になり当事者となりました。今、まさに ACT に助けていただきたい状態にあります。田村さんにはお伝えしましたが、力をいただきたいです。
- ねてるさん、片山さんの会はシリーズ化してほしいです。
- 地域で生きるをグングン当たり前にしていきましょう。
- この研修を是非またやってほしい。一度のみならず継続してほしい。
- 専門性が高いことやわかりやすい利用者さんや患者さんたちの考え方が参考になるとありがたいです。
- 福島市の近辺が精神障がい者にとって暮らしやすい地域になっていけたら良いですね。
- いつも有意義な勉強会をありがとうございます。とても楽しかったです。
- 県内各地でさまざまな研修会などされているものが今後もあるとすれば、今回のような“共催”という形もあり得ると思いました。ありがとうございました。
- 継続的に面白い企画をしてください。