

令和8年度 ピア・カウンセリング 公開講座

公開講座は障がい者の方以外の健常の方も参加できます。
ご家族、支援の方、ぜひ参加ください。

こんな方に
おすすめ

- ✓ 仲間と生きづらさや苦勞について語りたい
- ✓ 本当の気持ちを言葉にしたい
- ✓ ピア・カウンセリングを知りたい

開催日 2026年 5月 9日 土

時間 13:30-16:30 OPEN 13:00~

会場 知多市福祉活動センター

〒478-0047 知多市緑町12-1

対象 障がいのある方、支援の方

リーダー NPO法人ユートピア若宮 理事長 木本 光宣氏

特定非営利活動法人ユートピア若宮
(事業内容、365日24時間稼働の居宅
介護・重度訪問介護、就労継続B型、
福祉有償運送、自立生活センター併
設)の理事長であり、ピアカウンセリ
ングのリーダーとしても愛知県内を中
心に活動。福祉教育として豊田市内の
学校へ講演も多数行っている。



お申し込みは、お問い合わせは

氏名		事業所名	
住所			
お電話		FAX	
E-Mail		他) 伝達事項	

お問い合わせ

NPO法人びすた〜り 知多市地域活動支援センター「半歩の会」事務局

☎ 0562-85-1185

✉ yukkuriyukkuri2016@gmail.com

担当 岩瀬

ピア・カウンセリング

ピア・カウンセリングとは

ピア・カウンセリングとは、障がいがある人どうしでおこなうカウンセリングです。

誰もが平等にもっている時間を分けあって、自分の本当の気持ちを言葉にして伝えてみたり、相手の話を聞いて、自分がずっと悩んでいたことのヒントをもらったりしながら「自分の力を信じること」につなげていくのがピア・カウンセリングです。

障がいがあることで、生きづらいつか、苦しいつか、誰にもわかってもらえなかつた・・・、そんな経験ありませんか？ そんな思いを抱えたままにせずに、仲間の中であなたの秘めた「想い」を言葉にして「解き放つて」みませんか。

知多市ピア・カウンセリング「半歩の会」

令和6年度の5月から知多市で初になる『ピア・カウンセリング』をはじめました。障がいのある当事者たちからの「知多市にもピア・カウンセリングが気軽にできる場所があればいいな」の声をかなえるべく、障がい当事者が中心になって企画しました。

それが、知多市ピア・カウンセリング『半歩（はんぽ）の会』です。



ピア・カウンセリングが大事にしていること



①自己信頼の回復

仲間にいっぱい話を聴いてもらいながら、あなたが本来もっている自信を取り戻し、本当の自分の気持ちに気づいていく事を大切にします。

②人間関係の再構築

「サポートを受けることは悪いことではない。自分らしく生きるために必要なこと」ということに気がつき、堂々と人に手助けを求めることができる自分になることで「あたらしい自分」「あたらしい人間関係」をつくっていきます。

③社会の変革

さまざまなサポートを受けながら自分らしく生きるあなたの姿は、地域に住む他の人たちの意識を変えていく事にもつながります。まちのバリアフリー化、制度の改善などをくり返しながら、障害のあるわたしたちにも住みよいまちに変えていく力があります。

