

# ピアカウンセラー・ピアサポーターの養成と その活動を支援する専門職の役割についての研修事業

社会福祉法人みつわ会  
寝屋川市障害者地域生活支援センターあおぞら  
〒572-0075 大阪府寝屋川市葛原 1-27-20

## 助成事業の概要

### i 実施目的

今般、精神保健福祉分野におけるピア（当事者）の活躍は目覚ましいものがある。自身の体験に基づき、福祉事業サービスで働く当事者も増えつつある。

当法人においても寝屋川市障害者地域生活支援センターあおぞらにて、平成 18 年より活動を重ねる中で「自分も人を支援する仕事ができる」「更に研鑽を積み、新たな活動をしたい」と願うピアが現れた。そのため、当事者による当事者のための相談支援（ピアカウンセリング）の創設を目指し、ピアカウンセラーの養成講座を実施し、合わせてその過程において、当事者と専門職の協働の在り方を検討・学ぶことを目的とし、事業を立ち上げた。

### ii 時期、内容

平成 23 年 5 月から実行委員会を設置。ピアカウンセラーの立ち上げ及び精神障害者ピアカウンセラー養成講座開催に関して 9 回討議を重ねた。その中で先行施設へ見学に出向いたり、講座の準備等を行なった。

#### <先行施設見学 1>

「ぴあ・ふれんず」の実践方法を学ぶ

日 程：平成 23 年 6 月 27 日（金）

場 所：大阪府羽曳野市南恵我之荘 7-2-6  
社会福祉法人あっと萌夢 地域生活支援センター  
フレンドハウス

時 間：13:00～15:00

社会福祉法人あっと萌夢、地域生活支援セン

ターフレンドハウスでは（以下、フレンドハウスと記す）精神障がい者相談員（\*1）2 名が平成 22 年 4 月からピアカウンセラーとして活躍している。その実践方法を学ぶため、BALBAL クラブ当事者 4 名と支援者 2 名で訪ねる。

#### ○立ち上げの経緯

フレンドハウスでは、利用者にアンケートを取った際に「相談できる人はいますか？」という問いかけに「いない」と答えた方が意外と多いことが分かった。それを受けて、友人でもなく、スタッフでもない相談出来る人の存在が必要と考えピアカウンセリングを立ち上げることになった。

#### ○事前準備

ピアカウンセラーになるために講座等を行なっているところは少なく、独自で講座会を開くこととなる。大阪市のぼちぼちクラブハウス「わかちあい電話相談」にてご活躍されている森実恵さんを講師として招き、2 日間の講習会が行われた。

#### ○電話相談の体制

フレンドハウスで行われているピアカウンセリングの名称は「ぴあ・ふれんず」という。ぴあ・ふれんずでは、毎週月曜日 13 時～15 時で電話相談が行われている。精神障がい者相談員（下記、相談員と記す）2 名で、偶数週と奇数週で分担し負担にならない範囲で工夫しながら活動している。休憩は随時取っている。

また、電話相談の受付時間帯はフレンドハウス

内にある 1 部屋を確保し活動している。電話相談を受ける時には、メモを取りそのメモを記録用紙へ転記する。記録は相談員の業務の 1 つであるが、カウンセラー同士の情報共有ツールともなる。

相談者への対応に困った場合は、フレンドハウスのスタッフへ相談し対応を考える。出来ること、出来ないことを明確にしている。

#### ○電話相談の実際

実際にかかってくる相談件数は、多くて 2 時間の間に 2、3 件。平均して月 1 回程度の相談がある。相談者はフレンドハウスの利用者が多い。広報に力を入れるともっと件数が増える可能性がある。相談内容は人間関係についての相談が多い。

#### ○ピアカウンセラーとは

相談を受ける際には、傾聴と共感が大切。相談者が何かを言いたいのか、何を求めているのかを意識して話を聴く必要がある。

ぴあ・ふれんずの相談員に「ピアカウンセラーの役割とは？」と尋ねると、「当事者が当事者の話を聞いて心のケアをすること。悩みを聞いて、解消して、心の平和を取り戻すこと」と語られた。

#### ○まとめ

ぴあ・ふれんずでは、特にマニュアルを作らず自然体で活動されている。自分たちの出来る範囲でピアカウンセリングが実践されており、フィードバックと振り返りを行うことでピアカウンセラー側の負担を上手く解消し継続して実践されているのだと思われる。

BALBAL クラブ当事者の中には、マニュアルが無いと不安という方がいたが、ぴあ・ふれんずのお二人のお話からマニュアル等がなくてもロールプレイや実践を通して学び得ていくものがある

と分かった。また、ピアカウンセラーの役割として相手の「心の平和を取り戻す」とことと語られていたのが印象深い。

#### \*1 注釈

精神障がい者相談員：市町村ごとに主に精神障がい者やその保護者の中から選ばれ、精神障がい者の立場になって、服薬や日頃の生活における不安等、精神障がい者の身近な問題についていろいろな相談に応じている。また、地域において市町村、保健所等の関係機関の業務に協力し、障がい福祉に関わる援助活動も行なっている。(大阪府ホームページを参照)

また、平成 23 年から大阪府の管轄ではなくなり各市の管轄となっている。

#### <先行施設見学 2>

ぼちぼちクラブハウス「わかちあい電話相談」に学ぶ

日 程：平成 23 年 7 月 19 日 (火)

場 所：大阪府大阪市東成区大今里 1-15-22  
NPO 法人 大阪ピアサポート・リカバリーセンター ぼちぼちクラブハウス

時 間：14:00～15:00

NPO 法人 大阪ピアサポート・リカバリーセンターでは、大阪市より委託を受け、当事者ぼちぼちクラブハウス(小規模作業所)を運営している。プログラムの中に「わかちあい電話相談」があり、電話相談員(ピア・サポーター)として当事者が活躍している。その実践方法を学ぶため、BALBAL クラブ当事者 3 名と支援者 3 名で訪ねた。

#### ○電話相談を受ける前に

ぼちぼちクラブハウスでは、精神科に入・通院の体験のある方で、ピア・サポートについて学びたい方を対象に「ピア・サポートってなあに？」

講座を年に1度、6回シリーズで開催している。定員は10名、受講料は1500円である。講座内容は、「大阪精神障害者連絡会（ぼちぼちクラブ）について」「ぼちぼちクラブハウスについて」「ピア・サポートの実践」「エンパワメント」「パワーと境界線」「わかちあい電話の実践」である。

では、講座受講後、どのようにして「わかちあい電話相談」のピア・サポートを決めているのか？まず、ぼちぼちハウスでは、体験のわかちあいを非常に大切にしている。それを土台とし、ピア・サポート（仲間同士の支え合い）を「ピアによる支援の仕事」としてではなく、人と人との関係として捉え実践している。こういった理念や想いに基づきぼちぼちクラブハウスのピア・サポーターは仲間の中から選ばれ、ピア・サポーターの仲間入りができる（仲間の信任が必要）。

#### ○電話相談の体制

「わかちあい電話相談」は、火・木14時～17時に実施。3人体制で2回線を対応をしている。同性、同じ病気、相談内容によって指名できるようになっており、1回の電話は30分と区切りをつけて、相談者・相談員とも疲れないように制限をしているが、深刻な相談内容の場合は、無制限。電話1本ごとに相談員同士でバトンタッチをして対応している。

相談受付の時間帯は部屋を1つ確保し、電話相談、相談員同士の打ち合わせ、記録の記入がなされている。

#### ○電話相談の実績

1日3時間で7、8件の電話相談がある。平成22年度の「わかちあい電話」の集計によると年間789件の相談を受けている。全国の方から相談の電話がかかってくる。

#### ○ピアカウンセリングの良さ・大切なこと

ピアカウンセリングの良さについて尋ねると「自分たちも元気が出る」「お互いに分かち合える」ことだと話されていた。ピアカウンセリングを行う当事者は、プロ意識を強く持っており、仲間同士のチームワークを大事にしている。人間関係が上手くいけば長く続き質も上がっていく。更に継続して活動するためにフォローアップ研修も行い、日々研鑽しながら活動している。

また、「エンパワメント」と「リカバリー」の概念を大切に考え、電話相談を受ける際には相手が自分の力に気づく返事を意識し、必ず回復するというメッセージを伝えるようにしている。

#### ○まとめ

ぼちぼちクラブハウスでは、セルフヘルプグループでの分かち合いの部分の部分を基盤としてエンパワメントとリカバリーという概念を大切に、個々人の回復を願いピア・サポートを実践されている。

ピアカウンセリングは、純粋に相談者に寄り添う形で相談を受けるというイメージはしていたが、その根底にあるエンパワメントとリカバリーを意識されていると聞き、大きな学びとなった。また、ピア・サポートの活動を行う上で当事者自身が積極的に学び、その学びを活動に活かしている姿に刺激を受けた。当事者自身で学びの場を確保し知識を増やしていくことで、当事者自身の力になる。専門職は、積極的に活動する当事者に寄り添いながら時にはサポートする役割があると感じる。

#### <先行施設見学3>

「グループでできる、ぴあカウンセリング講座」へ参加

日 程：平成24年1月23日（月）

場 所：千葉県千葉市花見川区幕張町 6-73-4  
江澤ビル2階

NPO 法人ぴあ・さぼ千葉 地域活動支援センター

そらのまめ

時 間：10：30～16：00

参加費：1人 2,000円

講 師：土屋 徹（SST 普及協会認定講師）

そらのまめ当事者スタッフほか

千葉県にある NPO 法人ぴあ・さぼ千葉の地域活動支援センターそらのまめ（以下、そらのまめと記す）には、SST を活用したプログラム「グループでできる、ピアカウンセリング」がある。

“カウンセリング”と聞くとカウンセラーとクライアントの 2 人の間でやりとりするイメージがあるが、そらのまめでは当事者が数名集まりグループでカウンセリングが行われている。当法人がピアカウンセリングを立ち上げた後、ピアカウンセラー同士がお互いに支え合うためのツールとして活かせるのではないかと考え参加した。

また、同時に専門職も一緒に学ぶことで当事者の力を生かす支援の方法を学ぶため地域活動支援センターの運営状況や専門職の支援について学ぶため、BALBAL クラブ当事者 2 名と支援者 2 名で訪ねる。

#### ○「グループでできる、ぴあカウンセリング講座」

参加者：

参加者は 30 名弱。千葉県内からの参加者がほとんどで他府県からの参加は当法人より参加した 4 名のみ。そらのまめ利用者の方や専門職等の支援者を含む。

場の設定：

そらのまめは、建物の 2 階にありワンフロアで運営されている。そのフロアの半分を使い「グループでできる、ぴあカウンセリング講座」が行われた。

ホワイトボード、椅子、進行チャート、配布資料が準備されており、参加者が緊張せずに受講で

きるよう、お菓子を準備したり、そらのまめ当事者スタッフが参加者に声をかけるなどの工夫がなされている。また、フロアの残りのスペースで通常のサロン運営が同時に行われていた。

講座の内容：

初めに、電話相談や面接によるマンツーマンのピアカウンセリングとグループぴあカウンセリングの違いについて学ぶ。前者は、マンツーマンで行うため相談を受ける人がプレッシャーになり中々続かない現状がある。後者は、参加者がお互いに助け合うことができる上、お互いのコミュニケーション力をアップさせる学びの場となる。誰か一人に負担がかかることはないという所が大きな違いである。

また、グループで行う場合、マンツーマンで行うカウンセリングの時と同様にピア同士の共感・支え合いなどの相乗効果に加え、SST の手法を使って相談する人（クライアント）問題解決能力を高めることができる。

実際に、参加者みんなでグループぴあカウンセリングを体験。進行チャートをフリップにしたものがあり、司会担当者の方がそれを参加者に見せながら（下記、箇条書きにて手順を示す）話を進める。2 回目以降は、参加者同士で実践する。

<進行チャート>

1. 今日の役割を決めましょう。司会は？記録は？
2. 近頃あった「ほっとしたことや、良かったこと」を言ってみましょう
3. 今日相談したいことを言いましょう（順番を決めます）
4. テーマについて進めます I  
状況を説明しましょう。→自分の困っていること・頑張っていること
5. テーマについて進めます II  
みんなから質問を受けましょう（どうして→どう

頑張っているか?)

#### 6. テーマについて進めますⅢ

このグループの中で、みんなに「今日聞きたいこと」を伝えましょう

#### 7. テーマについて進めますⅣ

みんなから“アイデアやアドバイス”“思ったことや感じたこと”を言ってもらいましょう

#### 8. テーマについて進めますⅤ

これからどのようにしていくのか?みんなに伝えましょう

#### 9. 感想を言って終わりにしましょう

という手順で行われる。進行チャート 3.～7. で出された参加者の発言内容は記録担当者がホワイトボードに板書し可視化される。可視化されることによって、問題が自分と切り離され客観的に見ることができる。これらを実感した上で、2回目以降は参加者同士で実践し体験的な学びを得る。

#### 専門職の役割：

そのまめは、当事者のみで運営されている地域活動支援センターⅢ型である。アドバイザーとして土屋氏が関わり、支えておられる。全国でも当事者のみで運営している事業所の数は多くはない。

そのまめでは、「自分たちの居場所がほしい」という願いから始まり、立ち上げから今に至るまで自分たちで作って来られた。支援者はあくまでも困った時の助っ人としての役割と、地域や家族会とのつながりを創る橋渡し役としてサポートする。グループびあカウンセリングやサロンにて日常的に行われる当事者同士のピアサポートを通してエンパワメントする「当事者の力」を信じ、関わるという支援者の役割がある。

#### ○まとめ

今回、講座に参加し印象に残ったのは、そのまめの当事者スタッフのみなさんが、生き生きとして輝いておられたことである。しっかりと自分の役割や使命を持っておられるように感じる。自分たちで作上げた“居場所”を自分たちで運営することによりエンパワメントされ、リカバリーへの道を辿って来られたことが伝わってくる。

グループびあカウンセリングは、回を重ねるごとに仲間同士の繋がりが強くなるのではないかと感じだ。当法人でピアカウンセリングを立ち上げた際には、ピアカウンセラー同士の繋がりを深めるためのツールとして使いたい。仲間同士の繋がりを深めることで、ピアカウンセリングを長く続けることが出来ると期待する。また、当法人の地域活動支援センターⅠ型でも、当事者の力を引き出すことや当事者が施設運営に関わる事を目指しており、今回の学びが当事者の力を引き出すプログラム創設の一助となりうる。

#### <精神障害者ピアカウンセラー養成講座開催>

養成講座は「精神障害者ピアカウンセラー養成講座」（以下、養成講座と記す）とし、8回シリーズで実施。ピアカウンセラーとして活躍されている当事者、ピア活動に関わる専門職を講師に据えた。

対象者は、寝屋川市在住の方、精神障害のある方、現在通院中の方、市内の施設・医療機関を利用されている方、ピアサポートに関心のある方。関係機関や市の公報等で呼びかけ、受講生が19名集まった。当法人の当事者が半数の10名、他機関を利用している当事者が9名であった。

受講生が揃った後、実行委員のメンバーは事前に3名の講師と打ち合わせの場を設定。内2名は、先行事業所への見学2で紹介した「ぼちぼちクラブハウス」所属の山中実氏と森実紗氏。そして、市内で活躍されているたすけあいの会所属の村井

謙太氏である。

第2回「実際の相談を受けてパート1」山中実氏にはエンパワメントとリカバリーの概念を含めた内容を依頼。第4回「実際の相談を受けてパート2」森実紗氏にはロールプレイと記録について。第6回「寝屋川市での実践～他障害に学ぶ～」村井謙太氏には難病についてや制度等、全般的な内容を依頼した。他の講師とは、電話等で調整を行った。

講座中、積極的にメモを取るなど真剣に学ぶ受講生の姿勢が見られた。質疑応答は毎回時間が足りないほどであった。休憩中には、受講生同士での交流が深まり新たな繋がりが出来た。この講座はピア活動やピアカウンセリングについて学ぶことが目的であると同時に当事者同士の新たな出会いの場にもなり充実した講座となった。

## 事業の成果

### i 目的達成度、得られた成果と課題

本市において初めて精神障害者のピアカウンセラー養成講座を実施することができた。その結果、ピアカウンセラーとして活動したい、あるいはピア活動に興味をもった、という当事者が5名あらわれた。この養成講座を通して、ピア活動に携わる当事者を増やすことができたと同時に、養成講座を公報で告知したことにより、ピアカウンセラーの存在を多くの人に知ってもらう契機となった。

また、先駆的事业所の見学を通して、ピアが主体となって運営する福祉事業サービスの様子を知ることができ、今後のピア活動の在り方について示唆を得ることができた。

しかし何より大きな成果は、この「ピアカウンセラー養成講座」を開催するにあたり、ピアと専門職による実行委員会を発足させたことである。今回の事業はこの実行委員会を中心に進めてきた。

養成講座の打ち合わせ（ピアの集い）・先駆的事业所への見学・養成講座のスケジュール及び講師の決定・養成講座の進行など、すべての作業をピアと専門職の協働作業で行ってきたことが大きい。この一連の協働作業を通して、ピアの力を引き出すことができたと同時に、ピアと専門職のパートナーシップに基づいた関係の在り方を学ぶことができた。

一方、課題としては、第一に養成講座修了生の活動の場を確保することである。今後の展開でも述べるが、来年度、当法人の相談支援事業所において、ピア電話相談員として活動できるよう保証していくことが必要である。第二に、養成講座は終了したが、ピア活動をする決意までには至らなかったという修了生がいる。ピア活動の担い手の裾野を広げていくためには、こうした層に対しピアサポートの場（交流の場）をもち、ピア活動に関心を持ち続けてもらうことが必要であると考え

### ii 参加者の感想

<I氏>

実行委員として、当初からピアカウンセラー講座に向けていろいろ考え、スタッフの方と共に関わってきました。どんな講座にしようか？講師の先生は、誰にしようか？いろんな活動場に見学にも行き、どんな風にやっているのか、講座の内容から立ち上げてからのことまで考えました。参加者の人数やどんな人を対象にやるのか、考えることが実施する前から山ほどありました。

この実行委員の話はなんとなくひきうけましたが、ピア活動の一部として BALBAL クラブの体験をいかし、いつもそうですが、初めは不安で、何ができるのか、何をしたらいいのかわからず、スタッフの方と一緒に考え、あらゆる資料・情報をもとに実施しました。講師の先生方はそうそうたる面々で、とても意味のある講座であったと僕

自身思っています。

僕は常に受講生のみなさんと共に一緒に学び、勉強して成長しましょうと、決してムダではない、最終目標は電話相談員になるわけではなく、やってみないとわからないというのが正直な気持ちでした。今でもその気持ちは変わっていません。講師の先生の話の中で、山中先生の話が印象的で、役割とつながりの大切さを学びました。講座を通して沢山の仲間ができましたし、つながりも深まりました。

この3ヶ月、いろんな経験をして知識も増え、自分自身も成長したと思います。又、スタッフの方と一緒に取り組むことで、信頼関係や、ピア関係と専門関係両方でものごとをとらえられるので、ピアカウンセラーは、そんな簡単になれるものではないと思っています。これからまだまだ課題も残っており、考えることが沢山あります。法人の予算が決定していく中で、何人かのピアとスタッフで検討事項を考えていきます。本当にやってみないとわからないので、みなさんと一緒に共に悩み、考え、やっていきたいと思っています。

この講座にたずさわってくださった受講生のみなさん、講師の先生方、そしてスタッフのみなさん、本当にありがとうございました。心強かったです。そしてピアカウンセラー立ち上げに向けて頑張っていきましょう。よろしくお願いいたします。

<T氏>

今回、ピアカウンセラー養成講座を開催するにあたり、実行委員をつとめさせていただきました。はじめは、どうしていったらいいだろうと戸惑いが大きかったのですが、具体化するにつれ、いい講座になるという手応えを感じることができました。実際、素晴らしい講師陣で、仲間と共に学ぶことができ幸せでした。

なお、実行委員は専門職と共に取り組み、よきチームワークを築けると同時に、今後ピアカウ

ンセラー実施にむけて相互理解につながったと思います。

これからも、あくまで当事者としての立場を生かしながら、専門職とも関係を保ち、よりよいピアカウンセリングにつなげていきたいです。

私にとっては、充実した日々でした。

<受講生のアンケート集計>

【精神障害者ピアカウンセラー養成講座に関するアンケート】

回答数・・・9

このたびは「精神障害者ピアカウンセラー養成講座」にご参加いただき、まことにありがとうございました。

このアンケートは、当団体の今後の活動の参考にさせていただくとともに、本事業の実施にあたり交付を受けた助成団体（財団法人日本社会福祉弘済会）への事業報告の資料として使用させていただきます。

つきましては、ご参加いただいた皆様から率直なご意見をいただきますよう、よろしくお願いいたします。

【以下の設問で該当する欄に□を入れてください】

1. 精神障害者ピアカウンセラー養成講座全般について、ご満足いただけましたか。(4択)

とても満足・・・4 満足・・・3

(設問2へ)

やや不満・・・2 不満足・・・0

(設問3へ)

2.1で「とても満足」「満足」を選んだ方はどのような点が良かったですか。

(複数回答可)

役立つ情報を得ることができた・・・6

日頃の生活や活動に役立つと思う・・・7

- 自分のスキルアップにつながった・・・6
- 他の参加者との交流・情報交換が得られた・・・3
- 抱いていた問題や不安の解消につながった・・・5
- ピア活動について興味がわいた・・・3
- ピア活動をやってみたいと思うようになった・・・4
- その他 良かった点を具体的にお書きください

・同じ志を持つ仲間と知り合えたことは、私の中では大きかったと思う。是非このメンバーで、ピアカンを立て上げていきたいと思える。

・自分なりの結論は出たと思います。

・ピアカン活動に力を入れて下さっている著名な方を直に拝見、拝聴する事が出来たのは、とても大きな経験になりました。

・難しかった。

3.1 で「やや不満足」「不満足」を選んだ方はどのような点が良くなかったですか。

(複数回答可)

- 役立つ情報を得られなかった
- 日頃の生活や活動に参考にならなかった
- 自分のスキルアップにつながらなかった
- 他の参加者と交流・情報交換ができなかった
- 抱いていた問題や不安の解消につながらなかった
- ピア活動について興味や関心をもつに至らなかった
- その他 良くなかった点を具体的にお書きください・・・1

・講師の方で、講師としてあまりふさわしくないと思う方がいらっしゃったからです。でも私はその方の事が良く分かりませんので、偉そうな事は言えませんが・・・!?

4.2 で「ピア活動について興味がわいた」「ピア活動をやってみたいと思うようになった」を選んだ方にお聞きします。あなたは以下のどのピア活動に興味があつた、あるいはやってみたいと思いますか。(複数回答可)

- ピアカウンセラー(電話相談員)・・・5
- 病棟訪問活動(ピアサポーター活動)・・・6
- 語り部活動(自身の体験発表)・・・6
- 自宅公開(自身の暮らしぶりを仲間に見せること)・・・1
- 当事者同士での交流・・・5

5. オptional交流会(3月17日開催)への参加は希望されますか

- 希望する・・・6
- 希望しない・・・3

6. その他、講座全般に対するご意見や感想などありましたらご自由にお書きください。

・はじめは誰がピアカンやるんだろう・・・とか気にしていたのですが、今では、みんなでやりたい気持ちが強くなりました。楽しみです。

・大変勉強になりました。ありがとうございました。

・毎年が無理であれば2,3年毎でもいいので、この講習を続けて行って頂きたいです。

・良いテンポで講座を受ける事ができて良かったです。内容が分かりやすかったです。

・全8回無事に実行委員を務めさせていただき、とても勉強になり成長できました。参加者の皆様、講師の先生、そしてスタッフの方々ありがとうございました。今後にかかしていきます。

・いろんな体験、いろんな勉強をしていきたいです。そして尊敬できる先生にめぐり会う事ができました。

・とてもレベルの高い講座でした。講師の先生はもちろん皆さんの資料や発言で共通のキーワードや考え方があり、感心した。

ご協力ありがとうございました。

## 今後の展開

精神障害者ピアカウンセラー養成講座を全 8 回終えた後、修了生を対象にオプション会を実施。当法人におけるピアカウンセリングの立ち上げに向けて動きを説明すると共に、当法人で行なっている BALBAL クラブの活動紹介を行った。BALBAL クラブ所属メンバー以外に 3 名の修了生が参加しており、その 3 名が BALBAL クラブに関心を示し見学をすることとなった。

今後は、ピアカウンセラー養成講座の修了生が活動できるように、その活動場所を作っていくことが重要である。当法人では、相談支援事業所においてピア電話相談員として活動の場を開くことができるよう、現在予算措置を行っているところである。電話相談の開始にあたっては、準備委員会を発足し、ここでもピアが中心になって準備を進めていく予定である。

ピアカウンセラーという存在を広めていくには、今後、より多くのピアカウンセラーとピアカウンセラーのことを知っている人を増やしていくことが必要である。活動を継続させるために、今後も定期的なフォローアップ研修を行っていきたい。