

高知県立大学 (所在地: 高知県)

事業名

リカバリーカレッジ高知による新たな共生の場づくり

事業の趣旨・目的

障害がある人もない人も、いつからでも学びにアクセスできる場、「リカバリーカレッジ高知」を実施し、地域の中に共生社会を創出する。その際には、活動の全般に渡り、精神的な困難を抱えて生きてきたピアスタッフと専門職スタッフが共同創造を行う。上記を通して、学びを通じた共生のためのモデル化を試みる。

事業実施体制・連携先

- ・ 高知県立大学と(社)りぐらっぶ高知との連携により実施し、精神的な困難を抱えるスタッフ・講師と、医療や教育、福祉分野の専門職とが、対等な立場で共にカレッジを企画・運営している。
- ・ 連携協議会: 高知県、高知県教育委員会、高知市保健所、障害当事者の会代表、精神障害者家族会連合会代表、専門職能団体代表、大学教員等15名で構成

主な対象

精神障害や発達障害を抱える人を主な対象としているが、メンタルヘルスに関心のある人なら誰でも参加できる。

事業の取組内容

- ・ 定期講座を年に2回開講し、各8コマ程度の演習形式でのカレッジを開講。そのほか、1日のみの特別講座を1-2回開催している。
- ・ 令和6年度は6-7月の初夏講座、10-11月の晩秋講座を実施し、9月に特別講座を高知県東部で開催。香美市立図書館や香美市社協、高知県中央東福祉保健所等と協働した。
- ・ プログラムはメンタルヘルスの向上や個々のリカバリー促進に関する内容で構成され、障害の有無に関わらず、関心のある人であれば誰でも受講できる。受講登録は必要だが、参加は無料。
- ・ 精神的な困難を抱えるピア講師と専門職講師とが対等で、水平な関係性のもと、講座の企画、運営、実施、ふりかえりを行う(共同創造)。

令和6年度実績(講座参加者総数 122人)

- ・ 5/24(金) 高知県立大学 第1回社会的処方研究会にて事業紹介(発表)
- ・ 6/8(土) WRAP体験会(参加者:高知県立大学学生29名、@池キャンパス)
- ・ 初夏講座 @永国寺キャンパス(登録者数22名、延べ参加者数126名)
6/22(土)、7/ 6(土)、7/13(土)、7/20(土)
- ・ 9/21(土) 特別講座『リカバリーカレッジ高知 in 香美市 元気なたねを見つけよう』
@香美市立図書館かみーる(参加者数:30名)
- ・ 9/28(土) 日本精神保健福祉士協会全国大会 実践・研究発表
- ・ 晩秋講座 @永国寺キャンパス(登録者数36名、延べ参加者数:63名)
10/26(土)、10/27(日)、11/9(土)、11/10(日)
- ・ 12/8(日) 『全国リカバリーカレッジ文化祭』@東京都大田区 参加・協力
- ・ リカバリーカレッジ高知 活動レポート「わたしたちの3年間を語ろう」作成
- ※ 連携協議会3回開催 4/20(土)、8/4(土)、2/2(日)

定期講座の例)

リカバリー入門、ワールドカフェ風元気の道具箱、それぞれの向き合い方、依存症の正しい知識とライフスキル、ワークショップ『作る創る造る繕う、自分に合った“つくる”を“つくろう”』、わたしたちの防災、安心に関心を持つYO!、家族にとってのリカバリー～家族は何を体験したのか～、それぞれのリカバリーストーリー
元気回復行動プラン (Wellness Recovery Action Plan : WRAP)

参加者、コーディネーターのうち、50%以上が精神・発達等の障害や困難を抱えている人たち!
たくさんの当事者の方たちが参加してくれました。

活動の様子



晩秋講座「わたしたちの防災」

ゲストの対談やワークショップを通して、自分たちの「元気なたね」について考え、受講生が学び合う機会とした。

精神疾患等の持病がある場合の被災時を想定し、防災について、共同創造の視点から検討するワークショップ。



特別講座 in 香美市
「元気なたねを見つけよう」

その他

定期講座等、活動の詳細については、リカバリーカレッジ高知のWebページやFacebook等のSNSで紹介しています。HPやSNSの情報は→のLinktreeに掲載しています。ぜひご覧ください。

リカバリーカレッジ高知 Linktree https://linktr.ee/rc_kochi



Linktree