



# 草のネット通信



第33号

特定非営利活動法人 草のネット

〒464-0846

愛知県名古屋市中種区城木町二丁目 70 番地

TEL&FAX 052-751-0503

E-mail: npo-kusanonet1118@y3.dion.ne.jp

URL: <http://kusanonet.sakura.ne.jp/>

X (旧 Twitter): @kusanonet

当事業所は、ヘルプマークパートナー登録団体です

## 新理事長 就任のご挨拶

この度、常多 昇 前理事長の後任として、理事長を拝命しました藤澤 希美と申します。

本法人とのご縁は、約 10 年前から開催されている「ピア活あいち」でした。主催者である亀沖さん、窪田さん、伊藤さんをはじめ、自身の経験を生かし、いきいきとピア活動をする人々の姿は、精神症状や障がいがあっても、その人らしく生きるという「リカバリー」の体現そのものでした。ピア活動に感銘を受けた私は、彼らと共に活動する中で、この人たちと共によりよい社会を作っていきたいと思うようになり、この度の拝命となりました。

私は、愛知県に生まれ、思春期に両親が離婚し、母子家庭で育つ中で、精神的な苦しさを感じるがありました。その頃から、こころのケアの重要性を体感し、精神科の看護師を目指して看護大学に入学しました。卒業後は、精神科看護師として働き、現在は、大学で精神看護学の教員をしています。

私の研究のテーマは「リカバリー」ですが、これは人生のテーマでもあります。一見、天真爛漫に見えるようですが、ライフイベントは、生きることをやめようかと思うくらいの精神的困難を経験してきました。そのとき、私を支えてくれたのが、「人はリカバリーできる」と信じる仲間(peer)でした。

私が「リカバリーできる」と信じる人から力をもらい、リカバリーしてきたように、私もその人のリカバリーを信じて、看護学教育やリカバリー活動に取り組んでいます。

本法人では、リカバリーを基盤に、精神障がい当事者による、当事者のための活動として「ピアサポート」に重点を置いた事業を、より一層進めていきたいと思えます。理事それぞれのもつ力は、個性的で、情熱に溢れ、共に活動するだけで、元気がもらえます。私も、微力ではありますが、自分らしく生きようとする人の支えになれるよう、力を尽くして参ります。

関係各位のご指導・ご鞭撻のほど、どうぞよろしくお願い申し上げます。



藤澤希美

# 新体制のご紹介

## 増川ねてる

皆さん、こんにちは。  
増川ねてる、と申します。WRAP®やピアサポートの活動をしています。この度、くさのねっとの理事に加わりました。

僕が人生で初めて名古屋に行ったのが、2008年(…出身は新潟で、当時は千葉に住んでいました)で、WRAPの活動を通してでした。その時、名古屋に友達ができました。その友人は「くさのねっとの人」でした。

それから15年経った2023年、愛知県内の精神科病院で共にピアスタッフをしている亀沖さんから理事のお誘いを受けました。亀沖さんとは趣味も合うし、一緒にアメリカに研修にも行っています。名古屋で初めてできた友人は、今、ここには居ないのですが、「僕、くさのねっとの理事になったよ」って伝えたいなって思っています。

当事者中心に運営をしている作業所。「リカバリー」と「ピアサポート」、経験者同志の知恵の共有。みなさんと時間をわかち合っていきたいと思います。

これから、よろしくお願い致します。



## 窪田信子

皆さん、こんにちは、草のネットのピアスタッフ&ピアサポーターの窪田信子です。  
この度、草のネットの理事を、やらせていただくこととなりました。よろしくお願いいたします。  
私は、双極症(双極性障害・躁うつ病)の当事者です。

今までに、双極性障害の当事者としていろんなピア活動をしてきました。  
一番は、日本で唯一、双極性障害に特化した NPO 法人日本双極性障害団体連合会(通称ノーチラス会)で、副理事長として東海三県(愛知・岐阜・三重県)において、当事者会の開催、精神科医療系の学会での当事者としての体験発表など。次に、愛知県と名古屋市でのピアサポーターの活動。  
また、愛知県地方精神福祉審議会委員としては、年に1~2度、愛知県庁に出向き、精神疾患の当事者として発言してきました。双極性障害については、まあまあ詳しい当事者です。  
『障害や病気が、あってもなくても楽しく生きる』が、私のモットーです。  
草のネットの理事としても、楽しくやっていきたいと思っています。



## 伊藤由佳

はじめまして。私は 2019 年からくさのねっ  
とを利用しています。この度、理事に就任  
いたしました。就労をきっかけにメンタルの  
不調をきたし治療を開始して 18 年になり  
ました。今まで患者会にいくつか参加をし  
てきました。精神病をもつ者同士の分かり  
合える心に支えられ、気持ちや体験や情  
報の共有できる関係に救われ、精神病を  
もつ自分の生き方をイメージして希望がも  
てるようになりました。これらはピア特有の  
力だと思っています。私は精神障害者の  
ピアサポートの素晴らしさを感じて、現在  
子育てグループをつくりピアサポート活動  
をしています。草のネットはピアスタッフが  
多く活動しています。その特徴を活かし理  
事として力を尽くしていきたいと考えていま  
す。ご指導ご支援よろしくお願いいたしま  
す。

## 亀沖昌睦

みなさま、いつもありがとうございます。  
現在、副理事長と施設長をさせて頂いており  
ます。  
私はサラリーマン時代にうつ病となり将来に  
絶望しましたが、様々なご縁で元気で豊かさ  
を感じさせられる多くの精神障害の当事者と  
出会い、希望を感じることが出来た事などがき  
っかけで精神障害のピアサポーターとして草  
のネットをはじめ、医療、ボランティアの分野で  
活動しています。  
草のネットは精神障害の諸先輩方が平成 16  
年に法人を立ちあげ、時代時代で代替わりし  
ながらも、現在に至ります。そしてその時代  
の中で、ご利用者様、職員、理事、お取引先、行  
政機関、金融機関、地域社会など様々な関係  
各所の皆様様の存在があって、草のネットが  
あり、私自身も生かされていると常々感じてい  
ます。ご縁に感謝です。  
今後ともどうぞ宜しくお願い申し上げます。

## 荒川浩平

この度、草のネットの監事として再任されました荒川浩平と申します。監事は  
5 年ほど続けさせていただいています。

私は現在、社会福祉法人もえの会で理事長と兼務で就労継続支援B型萌作  
業所管理者をしております。萌作業所は平成 5 年に精神障がい者の方を対象  
とし守山区で開所し、今年で 31 年目を迎えます。こちらに就職をし、19 年にな  
ります。7 年前から施設長になり、3 年前から理事長に就任しております。

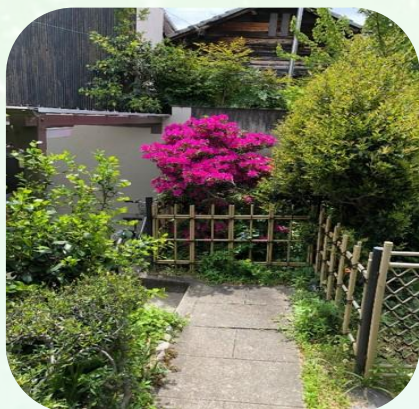
草のネットとは開所時からの付き合いで、細く長く関わらせてもらっていま  
す。当時、近隣には珍しいピアスタッフ中心の作業所として活動を始められまし  
た。その息吹は脈々と受け継がれ、現在もピアスタッフ中心で、講演活動など  
地域理解に尽力されています。監事としてできる限りのサポートができればよ  
いと思っていますので、微力ではありますがよろしくお願い致します。



## 吉村里佳

皆様いつもありがとうございます。くさのねっとのピアサポーター・ピアスタッフの皆は、「わかる～！私も〇〇ですよ」と病気や生活のしづらさを共感したり、「私が使っている〇〇は…」と制度のお話もします。ピアサポートには、自身の「経験」から病気の体験やサービス・制度などの情報を、対等な立場で伝えることのできる魅力があります。こちらの利用者さんで「私は今までの人生、人から許される経験が少なかったけど、くさのねっとにいと、私という存在が許されている気がする」とお話をされた方がいました。くさのねっとは、自分の病気や障害を認めた上で、「他者のありのまま」を認め合い、支え合うという文化から、自由でゆったりとした雰囲気があります。

ここ、くさのねっとが、どんな悩みも些細な話も、気軽に話すことのでき、安心感が得られる場であれば良いと思っていますし、それを目指して私もワーカーとしてできることがあれば頑張りたいと思っています。



こころの病をかかえている方の  
日中活動を『ピアサポーター』が  
応援しています

### 【訃報】

永年当法人の活動にご尽力をいただきました土田正彦様（初代理事長）が2023年11月ご逝去されました。ここに謹んでお悔やみ申し上げます。

## 正会員・賛助会員募集

正会員	仲間になって一緒に活動してくれる人たち（年会費：2,000円）
賛助会員	資金の面で応援してくれる個人及び団体（一口：2,000円以上）
振込口座	ゆうちょ銀行 口座番号 00860-8-185590
口座名義	特定非営利活動法人 草のネット （振込用紙通信欄に正会員/賛助会員を明記してください）