

令和7年度 東京都障害者ピアサポート研修

基礎研修（全2日間）

【1日目(予定)】

項目	時間
オリエンテーション 研修の全体像／基礎研修のねらい	10:20-10:30
ピアサポートの理解 【講義】 障害領域ごとの歴史や背景／障害領域ごとの視点 【演習】 あなたの考えるピアサポートや、あなたのストレン グス（強み）について、自己紹介を交えながら話し合ってみ ましょう	10:30-11:00 11:00-12:00
（お昼休憩）	12:00-13:00
ピアサポートの実際・事例 【講義】 障害領域ごとのピアサポートの実践	13:00-14:10
（15分休憩）	14:10-14:25
ピアサポートの実際・事例（つづき） 【演習】 経験を振り返り、実践での活かし方などを話し 合ってみましょう	14:25-15:05

はじめて外部研修に参加される方も、安心してご受講ください

- ✓ 当日資料は事前にご提供します
- ✓ 演習では、グループに1名以上ファシリテーターが入ります
ファシリテーターが皆さんの話し合いをサポートします
- ✓ 演習では、内容により「パス」という選択もあります
その他、「人の意見を否定せず、尊重し合う」など、安心してご参加
いただけるルールをご用意しています

基礎研修(全2日間)

【2日目(予定)】

項目	時間
コミュニケーションの基本	
【講義】ピアサポートの視点を取り入れたコミュニケーション技法や経験の共有	10:30-11:10
【演習】講義で学んだコミュニケーション技法の実践	11:10-12:10
(お昼休憩)	12:10-13:10
障害福祉サービスの基礎と実際	
【講義】障害福祉施策の歴史／障害福祉施策の仕組み	13:10-13:50
【演習】「どんな活躍の場があるか」「どんな雇用のあり方があるか」話し合ってみましょう	13:50-14:10
(15分休憩)	14:10-14:25
ピアサポートの専門性	
【講義】ピアサポートの具体的な専門性／倫理と守秘義務	14:25-14:55
【演習】ピアサポーターの強み、ピアサポーターと専門職と一緒にサポートすることについて気付きを共有しましょう	14:55-15:45

ピアサポートの専門性って？ ～講義で学ぶのはこんなこと～

障害があると周囲との間に壁ができて、自信がなくなることもある…



ピアサポートの強みは、同じような生きづらさの経験があるからこそ、大きなサポートができる

壁を感じさせない

安心感を与える

人生のお手本になれる

令和7年度 東京都障害者ピアサポート研修

専門研修(全2日間)

【1日目(予定)】

項目		時間
オリエンテーション 研修の全体像／専門研修のねらい		10:20-10:30
基礎研修の振り返り		10:30-11:00
ピアサポーターの基礎と専門性 【講義】経験に基づいた傾聴・共感・受容という特性など		11:00-11:40
(15分休憩)		11:40-11:55
ピアサポーターの基礎と専門性(つづき) 【演習】周囲と壁を感じた経験などを振り返り、共有する		11:55-12:55
(お昼休憩)		12:55-13:55
ピアサポートの専門性の活用 【講義】ピアサポートの専門性を活かすための視点／専門性の活かし方(経験を言葉にしてみる方法)の例など		13:55-14:35
【演習】事例を通じて、当事者の思いに寄り添いながら、どんな支援が必要か考えてみましょう		14:35-15:05
(15分休憩)		15:05-15:20
障害者向け	事業所向け	
関連する保健医療施策の仕組みと業務の実際 【講義】関連法／関連施策	ピアサポートを活用する技術と仕組み 【講義】現場におけるピアサポートの活用方法	15:20-16:00
(15分休憩)		16:00-16:15
(つづき) 【演習】どんなサービス事業所で働いてみたい？	(つづき) 【演習】ピアサポーターにとって働きやすい職場とは？	16:15-16:55
(5分移動)		16:55-17:00
障害者・事業所職員別講義・演習内容について共有		17:00-17:20

令和7年度 東京都障害者ピアサポート研修

専門研修(全2日間)

【2日目】(予定)

項目		時間
障害者向け	事業所向け	
ピアサポーターとしての働き方 【講義】労働者としての権利／働くに当たっての倫理 【演習】困りごとへの適切な対応を、意見を出し合い検討しましょう	ピアサポーターを活かす雇用 【講義】ピアサポーターを雇用し協働する上での留意点 【演習】あなたの機関で、ピアサポーターと共に働く上での良い部分とは？	10:30-11:00 11:00-11:40
(お昼休憩)		11:40-12:40
セルフマネジメントとバウンダリー 【講義】ピアサポーターが葛藤しやすい状況への理解／病気や障害を抱えて働く上でのセルフケア 【演習】自分の障害、病気や薬を理解するためにしている方法は何でしょうか？／あの時、他者との適切な境界線と距離感（バウンダリー）を意識していればよかった、と振り返ることはありますか？		12:40-13:10 13:10-13:50
(15分休憩)		13:50-14:05
チームアプローチ 【講義】ピアサポーターが葛藤しやすい状況への理解／病気や障害を抱えて働く上でのセルフケア		14:05-14:45
(15分休憩)		14:45-15:00
チームアプローチ（つづき） 【演習】チームによる支援において、どのような工夫が必要だと思いますか？／チームの構成員・ピアサポーターの役割について考えてみましょう		15:00-16:00

令和7年度 東京都障害者ピアサポート研修

フォローアップ研修（全2日間）

【1日目(予定)】

項目	時間(予定)
オリエンテーション	10:20-10:30
専門研修の振り返り	10:30-11:00
障害特性 【講義】 障害領域ごとの障害特性	11:00-12:00
(お昼休憩)	12:00-13:00
働くことの意義 【講義】 ピアサポーターとして職場にもたらす効果 【演習】 講義の振り返り・気づきの共有	13:00-13:30 13:30-14:30
(15分休憩)	14:30-14:45
障害者雇用 【講義】 障害者雇用の実際と留意点	14:45-15:25
(15分休憩)	15:25-15:40
ピアサポーターとしての継続的な就労 【講義】 ピアサポーターとしての能力を発揮し、働き続けるために必要なポイント	15:40-16:40
障害者雇用・ピアサポーターとしての継続的な就労 【演習】 気づきの共有・設問説明	16:40-17:00

令和7年度 東京都障害者ピアサポート研修

フォローアップ研修（全2日間）

2日目(予定)】

項目	時間(予定)
障害者雇用・ピアサポーターとしての継続的な就労 【演習】講義の振り返り	10:20-11:10
ピアサポーターとしての効果的なコミュニケーション技法 【講義】職場内や関係機関との連携の中で発信力を高めることによる専門性の発揮方法	11:10-12:10
(お昼休憩)	12:10-13:10
ピアサポーターとしての効果的なコミュニケーション技法 【演習】講義の振り返り・気づきの共有・事例検討等	13:10-14:20
(15分休憩)	14:20-14:35
ピアサポーターとして現場で効果的に力を発揮するための準備 【講義】ピアサポーターとして雇用される上での準備／留意点 【演習】講義の振り返り・気づきの共有	14:35-15:05 15:05-15:45