

# ピアサポート活動に役立つ参考書籍／勉強会／番組

番号	分類	題名(内容)	参考情報
1	参考 図書 (写真付き 別紙参照)	精神障がい者ピアサポート専門員養成のためのテキストガイド	ピアサポート専門員に必要な知識が学べる
2		精神障がい者ピアサポーター 活動の実際と効果的な養成・育成プログラム	ピアサポート活動に関して学べる
3		事例でわかる ピアサポート実践 精神障害者の地域生活がひろがる	ピアサポート活動に関して学べる
4		精神科臨床サービス 特集「ピア」が拓く新しい支援	ピアサポート活動に関して学べる
5		精神医療 特集 ピアスタッフの現在と未来	ピアサポート活動に関して学べる
6		リカバリー 希望をもたらすエンパワーメントモデル	リカバリー(回復)について学べる
7		ビレッジから学ぶ リカバリーへの道 精神の病から立ち直ることを支援する	リカバリー(回復)について学べる
8		わたしと統合失調症 26人の当事者が語る発症のトリガー	当事者の体験談
9		こころの科学 私はこうしてサバイバルした	当事者の体験談
10		岩波ブックレット 〈心の病〉をくぐりぬけて	当事者の体験談
11		リカバリーの学校の教科書 精神疾患があっても充実した人生を送れます！	病気を抱えながら充実した人生を送るための学びの本
12		精神障害をもつ人のためのわかりやすい障害年金入門 ～申請から更新まで～	当事者の生活を支える障害年金について学べる本
13		元気回復行動プラン WRAP	当事者が自分らしく元気で過ごすための学びの本
14		WRAPを始める 精神科看護師とのWRAP入門	当事者が自分らしく元気で過ごすための学びの本
15		精神障害をもつ人のための 親なき後に備える みんなの知恵と経験を集めた本	親なき後、当事者が困らないための知恵を集めた本
16		精神障がい者の家族への暴力というSOS 家族・支援者のためのガイドブック	当事者の暴力に関して学べる本
17		IPSハンドブック 働くこととリカバリー 精神疾患があっても「働きたい！」「社会で役割を持ちたい！」	当事者が働くことを通してリカバリーすることが学べる本
18		統合失調症の人が知っておくべきこと	当事者として、またピアサポーターとして知っておきたい統合失調症のことが学べる本
19		精神障がいのある親に育てられた子どもの語り 困難の理解とリカバリーへの支援	精神障がいのある親に育てられた子どもの体験が学べる本
20		当事者主導サービスで学ぶピアサポート	ピアサポートを体系的に学べるプログラム。アメリカで作成したプログラムを日本の制度や現状に沿うよう加筆、編集した本
21		こころの元気	当事者の抱える悩みや課題を読みやすく伝えてくれる雑誌
21	勉強会	リカバリー全国フォーラム (主催:特定非営利活動法人 地域精神保健福祉機構コンポ、公益財団法人 精神・神経科学振興財団)	関東で夏に開かれる主に当事者の集まり。分科会があり色々学べる
22	勉強会	日本ピアスタッフ協会が開く集いや研修会	全国からピアスタッフが集まる会。分科会があり色々学べる
23	テレビ 番組	NHK E-テレ ハートネットTV	福祉情報番組
24	テレビ 番組	NHK E-テレ バリバラ	障害者情報バラエティー番組

ピアサポート活動に関する情報です。  
気になったものは、ぜひ手にしてみてください。



**精神障がい者ピアサポート専門員養成のためのテキストガイド**

著者：テキストガイド編集委員会  
 価格：500 円（送料・諸手数料）  
 発売：2015 年 3 月  
 内容：ピアサポート専門員に必要な知識が学べる



**リカバリー ~希望をもたらすエンパワーメントモデル~**

著者：カタナ・ブラウン  
 価格：3000 円+税  
 発売：2012 年 6 月 30 日  
 内容：リカバリー（回復）について学べる



**精神障がいピアサポーター 活動の実際と効果的な養成・育成プログラム**

著者：相川章子  
 価格：2600 円+税  
 発売：2013 年 9 月 20 日  
 内容：ピアサポート活動に関して学べる



**ビレッジから学ぶ リカバリーへの道**

著者：マーク・レーガン  
 価格：1600 円+税  
 発売：2005 年 4 月 30 日  
 内容：リカバリー（回復）について学べる



**事例でわかるピアサポート実践 精神障害者の地域生活がひろがる**

著者：金文美・橋本達志・村上貴栄  
 価格：2600 円+税  
 発売：2014 年 3 月 10 日  
 内容：ピアサポート活動に関して学べる



**わたしと統合失調症**

26 人の当事者が語る発症のトリガー  
 著者：リカバリーを生きる人々  
 価格：2400 円+税  
 発売：2016 年 12 月 15 日  
 内容：当事者の体験談



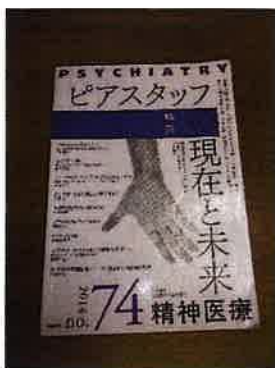
**精神科臨床サービス 特集「ピア」が拓く新しい支援**

著者：大島巖 他  
 価格：2200 円+税  
 発売：2013 年 1 月 25 日  
 内容：ピアサポート活動に関して学べる



**こころの科学**

私はこうしてサバイバルした  
 著者：当事者の人々  
 価格：1300 円+税  
 発売：2017 年 8 月 10 日  
 内容：当事者の体験談



**精神医療 特集ピアスタッフの現在と未来**

著者：相川章子 他  
 価格：1700 円+税  
 発売：2014 年 4 月 10 日  
 内容：ピアサポート活動に関して学べる



**岩波ブックレット**

<心の病>をくりぬけて  
 著者：森実恵  
 価格：580 円+税  
 発売：2006 年 3 月 3 日  
 内容：当事者の体験談



**リカバリーの学校の教科書**  
 著者：飯野雄治・中原さとみ・  
 リカバリーキャラバン隊  
 価格：1300 円+税  
 発売：2012 年 9 月 1 日  
 内容：病気を抱えながら充実した  
 人生を送るための学びの本



**精神障がい者の家族への暴力と  
 いうSOS**  
 著者：蔭山正子  
 価格：2500 円+税  
 発売：2016 年 10 月 30 日  
 内容：当事者の暴力に関して学  
 べる本



**精神障害をもつ人のためのわか  
 りやすい障害年金入門**  
 著者：特定社会保険労務士 井坂武史  
 価格：1800 円+税  
 発売：2015 年 4 月 16 日  
 内容：当事者の生活を支える障  
 害年金について学べる本



**IPSハンドブック  
 働くこととリカバリー**  
 著者：中原さとみ・飯野雄司  
 価格：2200 円+税  
 発売：2010 年 10 月 10 日  
 内容：当事者が働くことを通して  
 リカバリーすることが学べる本



**元気回復行動プラン WRAP**  
 著者：メアリー・エレン・コーブランド  
 価格：952 円+税  
 発売：2009 年 3 月 12 日  
 内容：当事者が自分らしく元気  
 で過ごすための学びの本



**統合失調症の人が知っておくべ  
 きこと**  
 著者：認定 NPO 法人 コンボ  
 価格：1200 円+税  
 発売：2013 年 6 月 4 日  
 内容：当事者・ピアサポとして知っ  
 ておきたい統合失調症が学べる本



**WRAPを始める  
 精神科看護師とのWRAP入門**  
 著者：増川ねてる・藤田茂治  
 価格：2000 円+税  
 発売：2016 年 7 月 25 日  
 内容：当事者が自分らしく元気  
 で過ごすための学びの本



**精神障がいのある親に育てられ  
 た子どもの語り**  
 著者：横山恵子・蔭山正子  
 価格：2500 円+税  
 発売：2017 年 12 月 1 日  
 内容：精神障がいのある親に育て  
 られた子どもの体験が学べる本



**精神障害をもつ人のための  
 親なき後に備える**  
 著者：「こころの元気+」編集部  
 価格：1200 円+税  
 発売：2017 年 10 月 25 日  
 内容：親なき後、当事者が困らない  
 ための知恵を集めた本



**こころの元気+**  
 著者：認定 NPO 法人 コンボ  
 価格：500 円（送料別）  
 発売：毎月 15 日  
 内容：当事者の抱える悩みや課題  
 を読みやすく伝えてくれる雑誌



**当事者主動サービスで学ぶピアサポート**

著者：飯野雄治・ピアスタッフネットワーク・訳・編

価格：3,240 円＋税

発売：2019 年 6 月 10 日

内容：ピアサポートを体系的に学べるプログラム