

団体名 ピアサポートセッション「Tips」  
部門 一般部門  
テーマ 精神障害・生きづらさ×暮らしづくり

## 企画タイトル

精神障害をはじめとする生きづらさを抱える人の  
文化・スポーツ体験の促進

---

# 1. 団体について

- ・ 2025年 3 月設立
- ・ 令和 7 年度金沢市協働のまちづくりチャレンジ事業スタート部門採択  
個人や他団体と連携したイベントやワークショップを開催
- ・ 現在の構成員は12名(うち精神障害者11名)
- ・ 精神障害をはじめとする生きづらさを抱える人の交流会を開催  
イベント含む昨年度の参加者は100名以上(のべ800名以上)  
当事者(精神障害、発達障害、知的障害など)  
家族、支援者(医療、福祉従事者)にも参加していただいた

Q.メンバーが増えていること、すばらしいと思いました。  
運営や周辺のコミュニティの方々はどのようにつながっていますか。  
定期的に拠点などで集まっているのですか。

A.メンバーのみの集まりはしていません。交流会やイベントの参加者から  
団体運営に関心のある方に働きかけ、メンバーや協力者を募っています。  
他の市民団体とも情報交換があり相互に参加し合っています。  
定期活動できる拠点はとても欲しいです。

## 2. 現状の課題・背景

### ・団体が考える現状の地域課題・背景

地域で生活する精神障害をはじめとする生きづらさを抱える人の課題として家庭や就労先以外の活動や居場所がなく、生きがいを見つけれないことが挙げられる。仲間を作ることもハードルが高く、孤立するケースが多い。文化活動やスポーツに興味があっても踏み出せないでいる方も少なくない。

### ・解決するために考えたこと

皆で一緒にできる活動や安心して人と話せる機会を増やしていきたい。文化活動や運動など単独ではチャレンジしにくい事でも、誰かと一緒に取り組むことで楽しみや人とのつながりを得られると考えている。

## 3. 企画①学び

### ・企画のねらい・コンセプト

生きづらさについて学ぶ機会を作る。自分の気持ちに触れながら参加者同士で安心して話せる空間を作り、感情表現や共感を促進する。

### ・実施方法(予定日時・予定場所・実施形態・予定講師・スケジュール等)

6月下旬開催、石川県立図書館研修室にて絵本の読み聞かせ、当事者の語り、参加者による感想のシェアを行う。

### ・事業効果

参加者それぞれに生きづらさと向き合うヒントを見つけていただく。  
自助力、共助力の向上。ピアサポート活動の周知。

## 3. 企画②スポーツ

### ・企画のねらい・コンセプト

生きづらさを抱える方のレクリエーション・健康増進のための運動の機会を提供する。コミュニケーションの苦手な方も参加しやすいイベントの開催。

### ・実施方法(予定日時・予定場所・実施形態・予定講師・スケジュール等)

2～3ヶ月に一回を目安に、あめるんパークや体育館を利用してウォーキングフットボールイベントを開催する。

### ・事業効果

精神障害者の無理のない健康促進、スポーツを通じたつながり作りを促進。昨年開催時は当事者や健常者が参加し、3～72歳が交流を楽しんだ。

## 3. 企画②マルシェ

### ・企画のねらい・コンセプト

生きづらさを抱える方の文化活動を促進し、趣味を通して仲間や収入を得る土台を作りたい。精神障害者とアートの親和性は高いと感じる。

### ・実施方法(予定日時・予定場所・実施形態・予定講師・スケジュール等)

もてなしドーム地下広場を9月連休に仮押さえしている。  
精神障害者のアーティスト、ハンドメイド作家を中心に声かけを進めている。

### ・事業効果

出展費を助成金で支出し、出展するハードルを下げ参加数を増やす。  
創作意欲、収入獲得、つながりや仲間作りを促進し自立度を高める。

Q. マルシェイベントは、多くの方に来てほしいなら、駅のもてなしドーム地下広場など、別の会場は検討しましたか。

A. 応募後に情報をいただき、9月の連休のうち一日を押さえました。  
そこに照準を合わせて開催準備を早めたいと思います。  
費用も大きく抑えることができる見込みです。

Q. マルシェイベントは、金沢市内で、他に同様のイベントは実施しているのでしょうか。

A. 去年は石川県主催で、障害者の福祉就労事業所を対象とした農業と福祉連携のマルシェイベントが開催されていました。  
福祉事業所を卒業され一般就労されている方や、事業所に通所していないクリエイターさん向けの表現の場を作りたいと思います。

# ◆協働について

- ①参加のハードルを下げたい
  - ・助成金による参加費の抑制
  - ・金沢市後援のイベントとして大きな信頼感が得られる
- ②周知方法の拡大
  - ・昨年度事業において、障害福祉課やスポーツ振興課に周知協力いただき参加者獲得につながった。
- ③ニーズの汲み取り
  - ・参加していただいた当事者や家族、支援者の声を聞く
  - ・地域で生活する上で必要な支援について考える
  - ・当事者のやりたいことを叶える取り組みをしていきたい

## 4. 今後の展望について

### ・今回の事業を通して、どのように活動の幅を広げていきたいのか

地域で生きづらさを抱えながら生活する方の活動意欲を高めたい。  
参加の楽しみや手ごたえを感じることができれば、継続した参加が見込まれる。  
団体の存在を広く知っていただきたい。

参加者はもちろん、「Tips」自体もつながりや資源を見つけていきたい。  
連携できる団体、定例開催できる会場などについて模索している。

昨年度のスタート部門の活動を通して成長させていただいたと思っている。  
チャレンジ事業を通して団体のあり方や運営の知見を学んでいきたい。

# 5. 事業収支予算

団体名 ピアサポートセッション「Tips」 一般部門

## 収入

| 科 目     | 予 算     | 摘 要 |
|---------|---------|-----|
| 金沢市より   | 100,000 |     |
| 参加費・出展料 | 25,000  |     |
|         |         |     |
|         |         |     |
|         |         |     |
|         |         |     |
|         |         |     |
|         |         |     |
|         |         |     |
| 計       | 125,000 |     |

## 支出

| 科 目      | 予 算     | 摘 要 |
|----------|---------|-----|
| 謝金       | 32,000  |     |
| 交通費      | 18,000  |     |
| 消耗品費     | 25,000  |     |
| 印刷製本費    | 17,000  |     |
| 使用料及び賃借料 | 26,000  |     |
| 食糧費      | 7,000   |     |
|          |         |     |
|          |         |     |
|          |         |     |
| 計        | 125,000 |     |

Q. 昨年度との事業の違いを教えてください。

A. 正直なところ真新しさは薄いです。

昨年の事業を通して得られた声を参考に、より具体的に発展させていけるよう企画しました。スポーツ活動について定期開催を求める声や、文化活動を広げられる場を求める声があがっていました。

Q. イベント以外にコミュニティ作りは考えていますか。

A. 各個人および団体の希望を叶えることで、昨年度事業から発足したカサンドラの会やまいん・だん・わいんなどのように「Tips」から派生し連携できる団体活動につながれば幸いです。

「Tips」自身も居場所としての機能を果たしながら、様々な団体やサークルが派生することで、新たな居場所作りが促進されることを期待しています。

Q. 今年度の収入の多くを市委託料に頼っており、チャレンジ事業終了後も活動を継続していくために、将来的にはどのように独自の収益を確保し、自立・持続可能な運営を目指していくお考えですか。

A. 委託料および参加費、出展費を修正いたしました。

ただ、基本的には生きづらさのために一歩踏み出すことが難しい方の最初のステップを支援したいと考えています。

やってみることで団体としても、その方個人の中でも実現への過程が見えたり、情報を得ることができるものと思っております。

その中で得られた情報や人とのつながりを、それ以降の活動の継続や拡大・発展に向けていきたいです。

法人化など様々な可能性について模索していきます。