

障害当事者の立場と一緒に考え、道を開いていきます

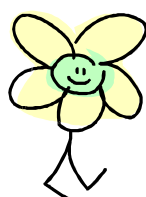
一人ひとりのための

# ピア・カウンセリング

ピア・カウンセリングは、「仲間」と「こころをみつめる」という、二つの意味から成り立っています。カウンセリングと聞くとちょっと足ぶみしたくなる人がいるかも知れません。

でも安心してください。ピア・カウンセリングでは同じ立場の障害者が話を聞くことから始めます。不安や疑問、もやもやしていることなどを話してもらい、まずは、気持ちや状況を整理してみるためのお手伝いをします。そして、やることが見つかったら、まず一緒にやってみましょう。

かかわりの一例 : 色々な悩みを聞く  
制度の使い方を一緒に考える  
自立生活の計画をたてる などなど



まずは、  
電話か FAX  
をください。

NPO法人北九州自立生活センター  
北九州市小倉北区馬借2丁目5-19  
電話(093)541-0138  
FAX(093)541-5770