

ピアサポートの意義および効果に関する包括的研究：

地域事業所のモニタリングとピアサポートの効果を測るコホート研究



質問紙票

利用者用

(18 か月後アンケート)

〔スタッフ記入欄〕

機関 ID \_\_\_\_\_ 本人 ID \_\_\_\_\_

記載日 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日 \_\_\_\_\_

1. 次の質問は、あなたがこの事業所<sup>じぎょうしょ</sup>(地域活動支援センターや就労継続B型)で受けているサービスについてお聞きするものです。この事業所で、**最近6か月**の間に受けたサービスについて、もっともあてはまる番号をそれぞれ1つ選んでください。

あなたがこの事業所で受けたサービスの質 <sup>しつ</sup> はどの程度でしたか	1 よくない	2 まあまあ	3 良い	4 大変良い
この事業所では、あなたが望 <sup>のぞ</sup> んでいたサービスは受けられましたか	1 まったく うけなかった	2 それでも なかった	3 だいたい うけた	4 十分に うけた
この事業所で受けたサービスは、どのくらいあなたにとって必要なものでしたか	1 まったく必要とした ものではなかった	2 いくつかは 必要としたもの	3 だいたい 必要としたもの	4 ほぼすべて 必要としたもの
もし知人 <sup>えんじよ</sup> が同じ援助を必要としていたら、この事業所 <sup>すいせん</sup> を推薦しますか	1 絶対にしない	2 しないと思う	3 すると思う	4 必ずする
あなたが困っていることに対して、この事業所で、十分に「時間」をかけた援助 <sup>えんじよ</sup> を受けたと満足 <sup>まんぞく</sup> していますか	1 とても不満	2 どちらでもない か少し不満	3 ほぼ満足	4 とても満足
この事業所でサービスを受けたことで、以前よりも、あなたが自分の問題 <sup>たいしよ</sup> に対処 <sup>あくいきょう</sup> するのに役立ちましたか	1 悪影響 <sup>あくいきょう</sup> を およぼした	2 まったく 役立たなかった	3 まあまあ 役立った	4 大いに 役立った
全体として、あなたがこの事業所で受けたサービスに満足 <sup>まんぞく</sup> していますか	1 とても不満	2 どちらでもない か少し不満	3 ほぼ満足	4 とても満足
また援助 <sup>えんじよ</sup> が必要になった時、この事業所のサービスをもう一度受けたいと思いますか	1 絶対うけない	2 うけないと思う	3 うけると思う	4 必ずうける

2. 次の①～⑤の質問について、**最近2週間**のあなたの状態にもっとも近いものに、1つずつ○をつけてください。

例：最近2週間のうち、半分以上の期間を、明るく楽しい気分<sup>きぶん</sup>で過ごした場合、「3」に○をつける。

最近2週間、私は…	いつも	ほとんど いつも	半分以上 の期間を	半分以下 の期間を	ほんの ために	まったく ない
① 明るく楽しい気分 <sup>きぶん</sup> で過ごした	5	4	3	2	1	0
② お <sup>お</sup> 落ち着いた、リラックスした気分 <sup>きぶん</sup> で 過ごした	5	4	3	2	1	0
③ いよくてき <sup>いよくてき</sup> 、かつどうてき <sup>かつどうてき</sup> で、活動的に過ごした	5	4	3	2	1	0
④ ぐっすり <sup>ぐっすり</sup> と休め、気持ちよくめざめた	5	4	3	2	1	0
⑤ 日常生活 <sup>にちじようせいかつ</sup> の中に、興味 <sup>きょうみ</sup> のあることが たくさんあった	5	4	3	2	1	0

3. あなたのまわりで、あなたを<sup>ささ</sup>支えてくれる人についておたずねします。

A. 次の質問について、あなたを<sup>しつもん</sup>支えてくれる人はいますか。(あてはまる数字1つに○)  
「いる」に○印をつけた場合は、そのような人が何人いるか、**人数**を書いてください。

あなたが <sup>たす</sup> 助けを必要とした時、 実際に <sup>じっさい</sup> 頼れ <sup>たよ</sup> そうな人はいますか	1. いる→( 人)	2. いない
あなたがプレッシャーを感じたり、 <sup>きんちよう</sup> 緊張している時に、 リラックスするのを助けてくれる人はいますか	1. いる→( 人)	2. いない
あなたの <sup>ちようしょ</sup> 長所も <sup>たんしょ</sup> 短所も含めて、 すべて受け入れてくれる人はいますか	1. いる→( 人)	2. いない
あなたに何があっても、 あなたを <sup>きん</sup> 気にかけてくれる人はいますか	1. いる→( 人)	2. いない
あなたが落ち込んでいると感じるとき、 気分がよくなるように助けてくれる人はいますか	1. いる→( 人)	2. いない
あなたが <sup>どうよう</sup> 動揺しているとき、 あなたを <sup>おち</sup> 落ち着かせてくれる人はいますか	1. いる→( 人)	2. いない

B. 上でお書きした人たちからの<sup>まんぞく</sup>支えについて、あなたはどれくらい満足していますか。  
 次のそれぞれについて、あてはまる数字1つを○で囲んでください。

※Aで「2. いない」とお答えの方は、「いない」に対する満足度をお答えください

	非常に満足	まあ満足	少し満足	少し不満	わりと不満	非常に不満
あなたが <sup>たす</sup> 助けを必要とした時、 実際に <sup>じっさい</sup> 頼れ <sup>たよ</sup> そうな人	1	2	3	4	5	6
あなたがプレッシャーを感じたり、 <sup>きんちよう</sup> 緊張している時に、 リラックスするのを助けてくれる人	1	2	3	4	5	6
あなたの <sup>ちようしょ</sup> 長所も <sup>たんしょ</sup> 短所も含めて、 すべて受け入れてくれる人	1	2	3	4	5	6
あなたに何があっても、 あなたを <sup>きん</sup> 気にかけてくれる人	1	2	3	4	5	6
あなたが落ち込んでいると感じるとき、 気分がよくなるように助けてくれる人	1	2	3	4	5	6
あなたが <sup>どうよう</sup> 動揺しているとき、 あなたを <sup>おち</sup> 落ち着かせてくれる人	1	2	3	4	5	6



4. 精神的な健康やリカバリー(回復)<sup>かいふく</sup>について、現在、特に、**最近7日間**のあなたの状態を思いうかべ、それぞれもっともあてはまる番号1つに○をつけてください。

	まったく そう思わない	そう思わない	どちらとも 言えない	そう思う	強く そう思う
自分のことを良く思えるようになってきている	1	2	3	4	5
人生でチャンスをつかめると思っている	1	2	3	4	5
いい人間関係 <sup>にんげんかんけい</sup> をつくれる	1	2	3	4	5
社会の一員だと感じている	1	2	3	4	5
自分の思っていることを言える	1	2	3	4	5
自分の人生には意味があると思っている	1	2	3	4	5
今までの経験のおかげで、私はいい意味で変わった	1	2	3	4	5
過去にとらわれず、前に進めるようになった	1	2	3	4	5
良くなりたくて強く思う	1	2	3	4	5
自分のやったいい出来事を思い返すことができる	1	2	3	4	5
より良く自分のことを理解 <sup>りかい</sup> できる	1	2	3	4	5
自分の人生は自分で引き受けることができる	1	2	3	4	5
自立 <sup>じりつ</sup> のための支援 <sup>しえん</sup> を得ることができる	1	2	3	4	5
精神科(的)治療 <sup>せいしんか ちりょう</sup> のメリット・デメリットを理解できる	1	2	3	4	5
今までの体験 <sup>たいけん</sup> によって、自分は他人に対し、より敏感 <sup>びんかん</sup> になったと思う	1	2	3	4	5
似たような体験 <sup>たいけん</sup> をした人と出会うと心地よい(安心する) <sup>ここち</sup>	1	2	3	4	5
私のリカバリー(回復)は、「良くなること」に対して 他の人が抱くイメージ <sup>いだ</sup> を変えられることができた	1	2	3	4	5
つらかった体験の意味 <sup>みいだ</sup> を見出すことができる	1	2	3	4	5
積極的 <sup>せっきよくてき</sup> に生きている	1	2	3	4	5
精神保健 <sup>せいしんほけん</sup> スタッフの見方が、唯一 <sup>ゆいいつ</sup> の視点 <sup>してん</sup> ではないとわかっている	1	2	3	4	5
自分の生活を自分でコントロールできる	1	2	3	4	5
楽しいことをする時間をつくっている	1	2	3	4	5

5. 次のそれぞれの文章について、あなたはどの程度そう思いますか。  
それぞれもっともあてはまる数字1つに○をつけてください。

	そう 思わない	そう 思わない あまり	ど ち ど ち も な い	や や そ う 思 う	そ う 思 う
① 精神疾患が原因で、教育に関して差別されてきた	1	2	3	4	5
② 精神疾患があることで、人から見下して話されていると感じることがときどきある	1	2	3	4	5
③ 精神疾患にかかったことで、以前よりおもしろいやりのある人間になった	1	2	3	4	5
④ 精神疾患にかかったことを、悪くは思っていない	1	2	3	4	5
⑤ 精神科で治療を受けていることを人に話すのは不安である	1	2	3	4	5
⑥ 精神疾患にかかっている人の中には、危険な人もいる	1	2	3	4	5
⑦ 他の人たちは、私の精神疾患のことを理解してくれている	1	2	3	4	5
⑧ 精神疾患のために、警察に差別されてきた。	1	2	3	4	5
⑨ 精神疾患のために、雇い主に差別されてきた。	1	2	3	4	5
⑩ 精神疾患があることで、以前より他人を受け入れることができるようになった。	1	2	3	4	5
⑪ 精神疾患のために、とてもよく孤独を感じる	1	2	3	4	5
⑫ 他の人たちが、自分の精神疾患のことに気づくと、どんなふうにも反応するかが怖い	1	2	3	4	5
⑬ もし精神疾患にかからなかったら、人生において、もっとチャンスに恵まれていただろうと思う	1	2	3	4	5
⑭ わたしが精神疾患にかかっていることを、近所の人たちに知られてもかまわない	1	2	3	4	5
⑮ 仕事に応募するとしたら、精神疾患をもっていることを言うだろう	1	2	3	4	5
⑯ 精神疾患のために薬をのんでいることを、人に話すのは不安である	1	2	3	4	5

	そう 思わない	そう 思わない あまり	どちら でも ない	やや そう 思う	そう 思う
⑰ わたしの <sup>せいしんしっかん</sup> 精神疾患に対する他の人たちの反応は、 <sup>ひとづ</sup> 人付き合いをしようという気を失わせるものである	1	2	3	4	5
⑱ わたしの精神疾患に対する他の人たちの反応のせいで <sup>こどく</sup> 孤独になってしまう	1	2	3	4	5
⑲ 精神疾患を理由として、他の人からの <sup>あつか</sup> 扱いで困ったこと はない	1	2	3	4	5
⑳ 精神疾患のために、スタッフから差別されてきた	1	2	3	4	5
㉑ 精神疾患のために、他の人たちはわたしを <sup>さ</sup> 避けてきた	1	2	3	4	5
㉒ 精神疾患のために、他の人たちはわたしを <sup>ぶじよく</sup> 侮辱してきた	1	2	3	4	5
㉓ 精神疾患にかかったことで、以前より強い人間になってきた	1	2	3	4	5
㉔ 自分の精神疾患のことを、 <sup>は</sup> 恥ずかしいと感じてはいない	1	2	3	4	5
㉕ 自分の精神疾患のことを、他の人に話さないようにしている	1	2	3	4	5
㉖ 精神疾患にかかったことで、人生は <sup>ふこうへい</sup> 不公平だと思うように なった	1	2	3	4	5
㉗ 自分の精神疾患のことを、友人に <sup>かく</sup> 隠しておかないといけな いように感じる	1	2	3	4	5
㉘ 精神疾患にかかっていることを人に話すのは難しいと思う	1	2	3	4	5

6. 次の文章は、あなたが社会や地域での活動に取り組む理由や<sup>どうき</sup>動機として、  
どのくらいあてはまりますか。あてはまるものに1つずつ○を付けてください。

	まったく あてはまらない	あまり あてはまらない	どちらとも いえません	だいたい あてはまる	非常によく あてはまる
① <sup>ぼつとう</sup> 没頭できることだから	1	2	3	4	5
② 生活の一部だから	1	2	3	4	5
③ 空いた時間 <sup>う</sup> を埋めたいから	1	2	3	4	5

	まったく あてはまらない	あまり あてはまらない	どちらとも いえない	だいたい あてはまる	非常によく あてはまる
④ 自分が目指す人 <sup>めざ</sup> のようになりたいから	1	2	3	4	5
⑤ 自分の生き方 <sup>あらわ</sup> を表しているから	1	2	3	4	5
⑥ 自分の生活 <sup>い</sup> に生きてくることだから	1	2	3	4	5
⑦ なにもしないでいるよりはいいから	1	2	3	4	5
⑧ 体力 <sup>ていか</sup> が低下していく不安を感じるから	1	2	3	4	5
⑨ 活動 <sup>しゅうい</sup> することで周囲 <sup>しゅうい</sup> の人(家族や友人)の 評判 <sup>ひょうばん</sup> がよくなるから	1	2	3	4	5
⑩ 自分にとって価値 <sup>かち</sup> のあることだから	1	2	3	4	5
⑪ 周囲 <sup>しゅうい</sup> の人(家族や友人)に対して、自分を 活かすことにつながるから	1	2	3	4	5
⑫ 自分自身を高めるために良い方法だから	1	2	3	4	5
⑬ 周囲 <sup>しゅうい</sup> の人(家族や友人)が取り組んでいる から	1	2	3	4	5
⑭ 社会 <sup>せきじん</sup> に対する責任 <sup>は</sup> を果たすことにつながる から	1	2	3	4	5
⑮ 周囲 <sup>しゅうい</sup> の人(家族や友人)に迷惑 <sup>めいわく</sup> をかけたく ないから	1	2	3	4	5
⑯ 新しいことを学ぶ機会になるから	1	2	3	4	5
⑰ 空いた時間を過ごすのにちょうどいいから	1	2	3	4	5
⑱ 周囲 <sup>しゅうい</sup> の人(家族や友人)が誘 <sup>さそ</sup> ってくるから	1	2	3	4	5
⑲ 活動 <sup>しゅうい</sup> することが自分の役に立つから	1	2	3	4	5
⑳ 周囲 <sup>しゅうい</sup> の人(家族や友人)が活動 <sup>しゅうい</sup> することを 望 <sup>のぞ</sup> ましいと言っているから	1	2	3	4	5
㉑ やること自体に、おもしろみを感じるから	1	2	3	4	5
㉒ 他にやることがないから	1	2	3	4	5

7. ピアサポートの経験やピアスタッフとの関わりについてお聞きします。

A. あなたは **この半年間** の中で、どうじしゃ りようしゃ うんえい **当事者・利用者のみで運営するプログラムや作業に** 参加しましたか？

この事業所内 の活動で	1. 参加した(※も記入)	2. 参加していない
	※【参加した方】どんな活動ですか？	
この事業所以外 の活動で	1. 参加した(※も記入)	2. 参加していない
	※【参加した方】どんな活動ですか？	

B. あなたは **この半年間** の中で、**スタッフがサポートしながら当事者が中心になって行う** プログラムや作業に参加しましたか？

この事業所内 の活動で	1. 参加した(※も記入)	2. 参加していない
	※【参加した方】どんな活動ですか？	
この事業所以外 の活動で	1. 参加した(※も記入)	2. 参加していない
	※【参加した方】どんな活動ですか？	

C. あなたは **この半年間** に、ピアスタッフ(精神障がいなどの経験をもつ当事者スタッフ)や  
ピアサポーターとのかか関わりはありましたか？ (あてはまる数字1つに○)

1. 直接、支援を受けた	2. 見たり聞いたりした(直接ではない)	3. まったく関わりなし・知らない
※【1または2と答えた方】それはどのような関わりでしたか？(自由にお書きください)		

D. ピアスタッフやピアサポーターからどのようなしえん支援を受けたいですか(自由にお書きください)

--



回答もれがないかご確認をお願いいたします。  
ご協力どうもありがとうございました。