

# 分科会 11

## WRAP –元気回復行動プラン–2018

分科会コーディネーター：江上幸（ちょうろ）・石井健太郎（いしいちゃん）

### ① 出演したWRAPファシリテーター

いしいちゃん、まおちゃん（千葉県）、理～さん、藤田茂治、プロフェッショナル、ちょうろ（埼玉県）、ももねこ♪、池本三太（東京都）、たか（静岡県）、ユウちゃん（福井県）、まいける（京都府）、ともちん（和歌山県）、つぼっち（広島県） and more…

### ② まえがき

今回の分科会コーディネーターはいしいちゃん、ちょうろの二人でした。

ともに初チャレンジでしたので例年以上に緊張しましたが、私たち13名のファシリテーターに加え、会場内に参加者として居合わせたWRAPファシリテーターの方、120名以上の参加者、その合計130名以上の方々からのご協力の下で無事に終わることが出来ましたので、深く感謝いたします。

### ③ 開催報告

前半の時間帯はチェックインからはじまり、自己紹介として呼ばれたい名前、どこからご参加か？、本分科会に期待する事、元気に役立つ道具箱を分かち合い、その後、WRAPの概要をご説明いたしました。

休憩時間を挟み、後半は、元気に役立つ道具箱の体験～WRAPのどのトピックにするか決める～決めたトピックを用いてミニクラスを開催するまでを各グループ毎に約50分ほどかけて行い、全体共有としてグループ同士の意見交換、チェックアウトとして感想・質疑応答を行い、終了となりました。（ミニクラスでは模造紙にアイデアを書きだす、ワールドカフェ形式をとりました）

参加者やWRAPファシリテーターの中には西日本豪雨の被災を乗り越えてご参加・出演して下さった方もおりましたので、リカバリーを例年以上に体現できた分科会となりました。

### ④ WRAP®の全12トピックを簡単に説明した図

#### リカバリーに大切なこと

- ① 希望
- ② 自分に責任を持つこと
- ③ 学ぶこと
- ④ 自分のために権利擁護すること
- ⑤ サポート

#### WRAP®に含まれるもの

- ⑥ 元気に役立つ道具箱
- ⑦ 日常生活管理プラン
- ⑧ 引き金とそれに対応するプラン
- ⑨ 注意サインとそれに対応するプラン シンポジウム
- ⑩ 調子が悪くなった時とそれに対応するプラン
- ⑪ クライシスプラン
- ⑫ クライシスを脱した時のプラン

人生は「楽しい時」もあれば、「つらい時」もありますし、そんな2018年も130名近い参加者をお迎えできたこと、また本フォーラムの開催にあたり協賛くださった方々、学生スタッフをはじめとした会場運営スタッフなど・・・多くの人々に支えを得たからこそ、この分科会を成功できたこと、心より感謝申し上げます。また、来年も元気な姿で参加者の皆様とお会いできれば幸いに存じます。

石井 健太郎（WRAPファシリテーター）、出演者一同

⑤ 元気に役立つ道具箱の一部です（参加者の方から撮影許可とっております）

