

# トークライブ

## リカバリー全国フォーラムと「私のリカバリー」 ～私がリカバリーフォーラムでゲットして、人生に持ち帰ったこと～

司会：宇田川健（NPO 法人地域精神保健福祉機構・コンボ 共同代表）  
行實志都子（神奈川県立保健福祉大学）

リカバリーフォーラム初日の定番企画となった「トークライブ」が行われました。

今回は、今までのトークライブとは違った趣向で行いました。今までは聞く立場であった会場の皆様に突然ではありましたが、テーマに沿った言いっぱなしの3分間スピーチを行いました。

### 【話してもらいたいテーマとして】

リカバリー全国フォーラムと私のリカバリー

～私がリカバリー全国フォーラムでゲットして、人生に持ち帰ったこと～

について自由に話してください。

これまでのリカバリー全国フォーラムに参加して、あなたの人生にどんな影響ができましたか？

生活はどんな変化ができましたか？

参加する過程でもどんなことがありましたか？

何を持ち帰りましたか？

あなたの「夢」は何？

### 【皆さんからの発表から】

壇上にはマイクが一本立っている状況で、きっと壇上に出て話すことは、勇気がいることだと思います。

だからこそ壇上に上がってきてくれる人がどれだけいるだろうか、集まってくれるだろうかなどという不安もある中、幕が上がりました。しかし、なんと20人の人が壇上に上がってきてくれました。

皆さんから出たリカバリー全国フォーラムに参加して持ち帰ったことに「仲間」「人とのつながり」「出会い」「自分からアクションを起こす」「自分自身が裸になる」「ちょっとずつと思っていた活動を続けることで、夢につながっていった」「新しい自分に取り組める」という話が出ていました。そして、腰が痛い中、ゆっくりと壇上に上がってくれる人も「小説家になりたい」という人もいました。

まだまだ話し足りないと感じた人、今回は勇気がでなかったけど次回は話してみたいと思った人などもいらっしまったと思います。また3分間が長いと感じた人、短いと感じた人様々な反応がありましたが、皆さんがとつてもにこやかな素敵な笑顔で壇上に上がっていただけたことがとても印象的でした。

そして、またいつか皆さんの「夢」「リカバリー」を聞く機会をもちたいと感じながら終了したトークライブでした。

《行實志都子（神奈川県立保健福祉大学）》