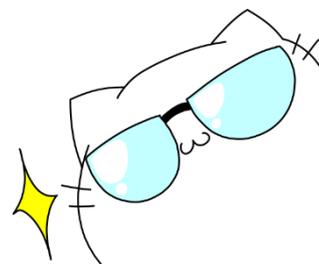


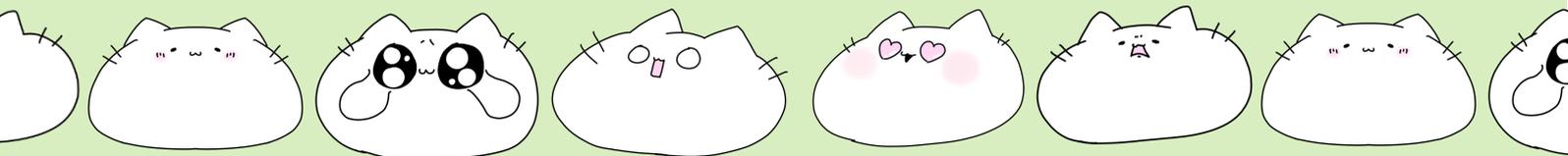


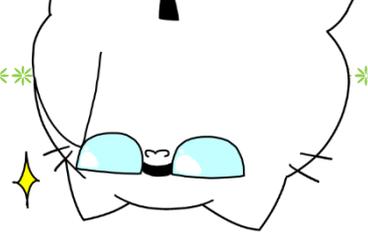
2024年度

ピア・サポーター 年間活動報告書



和歌山大学キャンパスライフ・健康支援センター





目次

はじめに

P.2

第一章

ピア・サポート活動って何？

P.3-6

第二章

活動って何しているの？

P.7-24

第三章

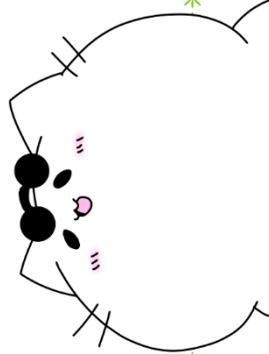
サポート活動のアンケート調査

P.25-29

第四章

来年度の学生サポーターにおかれて

P.30



はじめに

本報告書は、本学におけるピア・サポートの取り組みについて、メンタルサポーター／ピア・サポーターが中心となってまとめた報告書です。

第一章では、活動概要を運営の立場から簡潔に整理していますが、それ以外の章は、運営側の解釈や評価を加えることなく、実際の取り組みに関わった当事者の立場から、活動の様子がまとめられています。

運営管理者として、こうした主体的な取り組みが、試行錯誤できる環境の中で育まれてきたことを大変心強く思います。

今後も、学生の声や実践から生まれる学びを大切にしながら、ピア・サポートの取り組みがより豊かに次の世代へと広がっていくよう、運営の立場から引き続き支えていきたいと考えています。本報告書が、ピア・サポートの意義や可能性を伝える一助となれば幸いです。

キャンパスライフ・健康支援センター
副センター長 森 麻友子



第一章

ピア・サポート活動って何？

まずは大事な話から！



Well-being ピア・サポーターについて

1. Well-being ピア・サポーターの取り組み開始の背景

和歌山大学では、学生の多様なニーズ（修学、心身の不調、孤立、障害、SOGI*など）に応じた学生対応を行っている。Well-being 機構キャンパスライフ・健康支援センターでも、そうした問題を抱える学生を関連部局と協働しつつ支援しているが、教職員のみで対応することが困難な事例も増えており、大学組織全体で学生支援を考える必要が生じている。そこで、種々の課題に対して、学生同士の支え合いという形でアプローチすることを目的に 2024 年より Well-being ピア・サポーターの取り組みを開始した。従来から実施していた障害学生支援サポーターの活動から枠組みを広げ、運動や学生交流、広報など様々な分野に挑戦し、今後も活動を拡大していく予定である。

※SOGIとは、性的指向 (Sexual Orientation) と性自認 (Gender Identity) の頭文字を取った言葉で、性的マイノリティだけでなくすべての人が持つ「ありのままの性のあり方」を指す概念のこと。

2. 目的と理念

Well-being ピア・サポートとは、和歌山大学の学生がより「よい状態 (Well-being)」でキャンパスライフを送れる学内環境の構築を目的とした、学生同士によるサポート活動である。Well-being ピア・サポーターは、学生がよりよい学生生活を送るために、以下の点に寄与することを目指す。

- ・心身の健康
- ・他者交流の機会提供
- ・居場所づくり
- ・多様性の受容と理解
- ・学生生活に役立つ情報の共有

3. Well-being ピア・サポーターの組織体制

(1) 運営体制

Well-being ピア・サポーターは、キャンパスライフ・健康支援センターが中心となって運営しており、部門長 (准教授/臨床心理士/心理学博士) 1名の監督のもと、保健師1名、特任技術職員1名、教育研究支援員1名、メンタルサポーター (事務補佐員) 1名を配置し、活動のスーパーバイズ及びサポーターの養成を行っている。

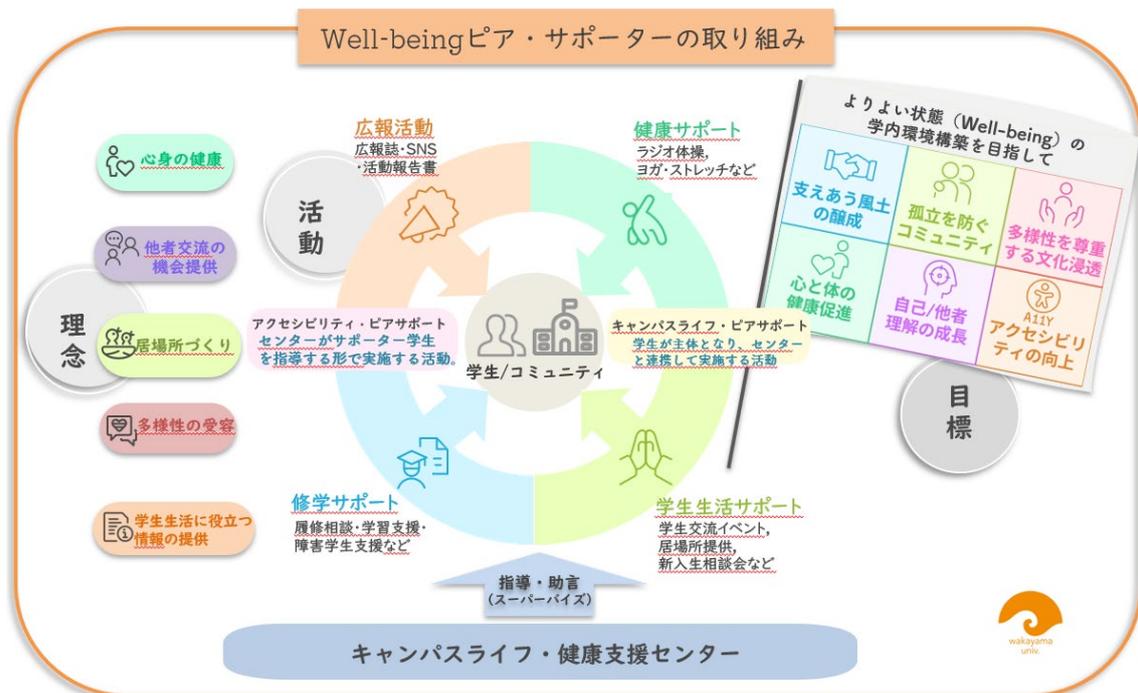
(2) ピア・サポーター学生のチーム体制

事前の面接および研修等を通して、ピア・サポーターとなった学生は、活動分野ごとのチームに分かれて、各プロジェクトを実施している。また、各チームの担当スタ

スタッフがファシリテーターとして参加し、必要に応じて助言等を行っている。2025年3月時点で以下のチームが活動している。

- ① **デイケア活動**
学生のひきこもり防止、大学での居場所提供のための活動。
- ② **健康サポート活動**
学生・教職員の心身の健康増進のための活動。全学生・教職員を対象にラジオ体操やヨガストレッチ等を定期的に行っている。
- ③ **学生生活サポート活動**
学生生活に困難や不安を抱えている学生、孤立感を覚え、他者とのつながりを求めている学生向けに、居場所の提供や定期的な学生交流イベントの開催等、学生同士の交流を促すための活動を行っている。また、学内のバリアフリー改善のための活動も実施している。
- ④ **修学サポート活動**
障害のある学生や修学上の困難のある学生を対象に履修相談や学習支援を行う。
- ⑤ **広報活動**
キャンパスライフ・健康支援センターやピア・サポート活動についての情報を学内外に発信し、学生支援やメンタルヘルスについて浸透を図る活動を行っている。

前述の取り組みを個人およびコミュニティに実施していくことで、学生の自己・他者理解の成長、孤立防止、心身の健康促進へ繋がること、また大学全体においても、支えあう風土や多様性を尊重する文化の醸成、アクセシビリティ向上などが期待されている。



和歌山大学 Well-being ピア・サポーターの活動と理念および目標

4. サポーター説明会開催状況

オンデマンドでピア・サポーター説明会の動画を配信している。初回は8月20日にリアルタイムで配信し、それ以降は、オンデマンドで視聴できる形にしている。実施状況および登録までの流れは以下の通りである。

・実施状況

日程	名称	参加者数
2024/8/20～ オンデマンド配信	ピア・サポーター説明会	・受講人数 14 名 ・登録人数 5 名

・登録の流れ

- ① 募 集: 全学メール、ポスター等で全学生にサポーター募集告知を行う。
- ② 講座受講: ピア・サポーターに関する説明会を実施。(オンデマンド視聴可)
※受講を経た登録希望者はフォームより申請する。
- ③ 個別面談: キャンパスライフ・健康支援センタースタッフが個別に面談。
- ④ 登 録: 1～3のステップを経て、本登録完了。

5. 登録者数

2025年3月末時点での合計サポーター登録人数は19名※となっている。そのうち、2名の学生が広報活動、6名の学生が修学支援に関わっている。
※もともと障害学生支援サポーターとして登録していた学生を含む。

第二章

活動って何しているの？

たくさんあります！
ぜひ見に来てね！



デイケア活動



1. 目的と概要

2010年以降ひきこもり学生に対し、デイケア室（通称：アミーゴの部屋）を用いたメンタルサポートシステムを構築し、学生のサポートに取り組んでいる。現在は、学生生活に困難を抱える学生の居場所として機能している。オンラインで参加することも可能となっている。

2. 活動を振り返って

2024年度は部屋の改装を行った。これまではデイケア室内で学習のために利用する学生と交流や休憩のために利用する学生が混在していたが、メンタルサポーターとの交流や学生同士の交流をより促すために学習室とデイケア室を分けることとなった。それに伴い、デイケア室に新たに芝生やハンモック、クッションなどを配置し、学生がリラックスして過ごしやすい環境を整えた。



メンタルサポーターは、学生サポーターとは別で、デイケア室にて日常的に学生サポートを行っています。

デイケア室の様子





健康サポート活動

健康サポート活動とは、夏休みの運動不足解消のために始まったサポート活動。夏休みのみで開催していたお昼休みのラジオ体操イベントが好評により定期開催になったことで、健康を意識したイベントがたくさん開催されるようになりました。現在は二つのイベントが定期開催されています！

1. ラジオ体操

毎週木曜日の12時45分から！

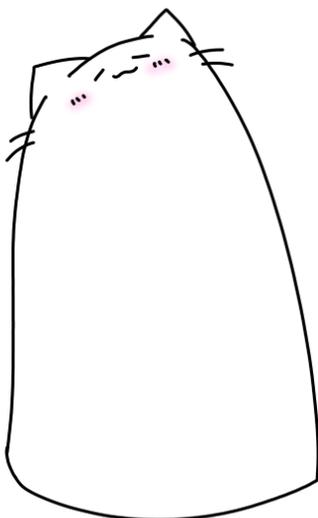
南1号館4階のキャンパスライフ・健康支援センターでも、お家でTeamsのビデオ通話をつなげても参加できます！

誰でもいつでも大歓迎！

久しぶりにやってみると意外としんどいかも？

夏休みは強化月間！

家にこもりがちで凝り固まった体をぐーっと伸ばそう！



みよん

キャンパスライフ健康支援センター主催
☆☆☆ 学内交流ワークショップ ☆☆☆

夏だ！ラジオ体操だ！

ラジオ体操をしよう！木曜日には一緒に！

夏休み期間、外出する機会が減ったり、生活リズムが整わなかったり、なんとなく人とつながりが減ったり…。そんな夏休みの習慣として、ラジオ体操に取り組んでみませんか？お一人でも友達と一緒にでも、学生・職員のみならずも、大歓迎！毎週木曜日のお昼にはみんなでの時間もつけてみました。(参加自由)木曜日以外は各自でどうぞ。まずは1日からやってみましょう！

参加方法

- センターで**ラジオ体操カード**を受け取り、もしくはダウンロードする
- 気が向いたときにラジオ体操(その他の体操・運動でも！)をする。
- ラジオ体操カード**に判子を押し・シールを貼る等各自でチェック。
- 1か月に5回以上体操したら良いことがある…かも！春センターに来てね。

● センター実施日: 毎週木曜日
8月21日、28日 9月4日、11日、18日、25日

● 時間: 12:45 ~ 12:55

● 対面参加: キャンパスライフ・健康支援センター
オンライン参加: 右のQRコードからTeamsで参加

お問い合わせ先
キャンパスライフ・健康支援センター (南1号館4F)
電話 073-457-7155 メール shien@ml.wakayama-u.ac.jp



2. ヨガ

学生交流イベントで開催されたヨガ体操、2024年度ではわだにゃんも来てくれて、青空の下でリフレッシュ!

毎年必ず開催されるからぜひ参加してね!



↓ ヨガのポーズを一部紹介! ↓

三角のポーズ

片手と片足先を合わせてもう片方の手は天に向かってピンと伸ばすポーズ

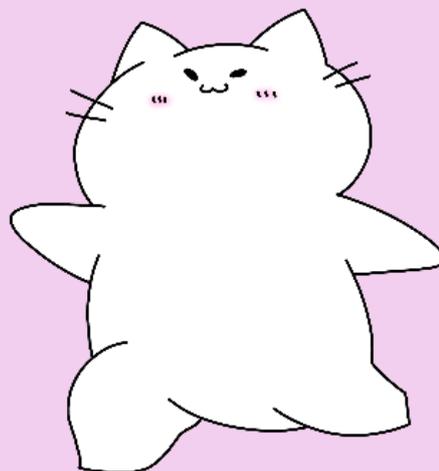
体幹の強化やウエストの引締め、下半身強化の効果があるぞ



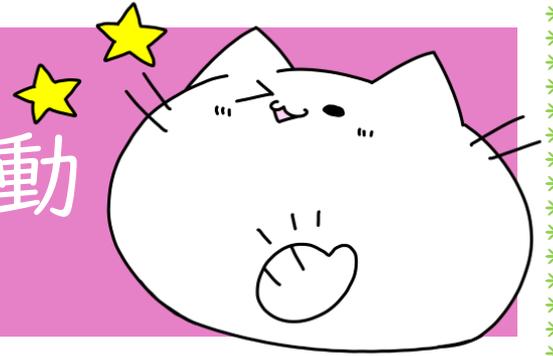
戦士のポーズ

右手を前に、左手を後ろに一直線に伸ばして、片足を前に、もう片方の足を後ろに伸ばすポーズ

股関節を中心に筋肉強化、さらにはこころの安定、集中力向上の効果があるぞ



学生生活サポート活動



学生生活サポート活動とは、ひきこもりがちな学生や孤独感を感じる学生の居場所や交流の機会を提供するサポート活動。

デイケア室通称「アミーゴの部屋」を中心に、様々なイベントを開催しています！

ここでは、学生サポーターの主なサポート活動を紹介します。

気になるものがあれば、参加者としてぜひイベントに申し込んでみてね！

1. デイケア室通称「アミーゴの部屋」

詳しくはデイケア活動の項目にて記載。

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
教育学部	10 (2)	4 (2)	9 (2)	7 (3)	6 (2)	6 (3)	10 (1)	8 (2)	9 (3)	10 (3)	4 (2)	8 (1)	91 (4)
経済学部	14 (2)	14 (3)	9 (1)	9 (2)	3 (1)	0	16 (5)	15 (3)	25 (4)	27 (6)	3 (1)	3 (2)	138 (8)
システム 工学部	51 (10)	30 (9)	41 (11)	35 (10)	15 (7)	17 (7)	46 (8)	37 (11)	30 (9)	36 (10)	10 (5)	8 (6)	356 (20)
観光学部	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
社会イノベーション イノベーション学環	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
合計	75 (14)	48 (14)	59 (14)	51 (15)	24 (10)	23 (10)	72 (14)	60 (16)	64 (16)	73 (19)	17 (8)	19 (9)	585 (32)



2. バリアフリーマップの更新

学内のバリアフリー環境のチェックおよびキャンパスライフ・健康支援センターが発行する「バリアフリーマップ」の更新を、センター職員と協力して行っています。

ステップ1

まずは校内を散策！
実際のマップと見比べながら
更新箇所や問題箇所を
ピックアップ！

意外と毎年
改善されているのだ



ステップ2

次はマップ更新作業！
実際にマップを更新する以外にも
問題箇所や改善箇所の
まとめ作業もあるよ

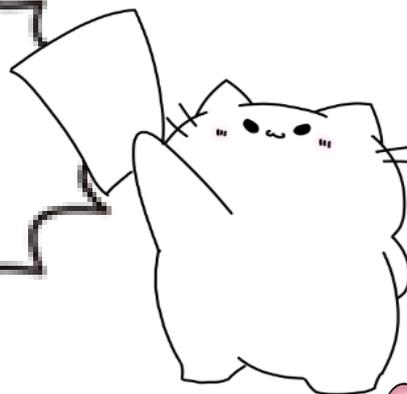


3. 学生交流イベント

居場所の提供だけでなく、学生同士の交流を促すために、学生交流イベントを定期的で開催している。2024年度に行われたイベントの様子を四つの季節に分けて次のページからご紹介！



こんなチラシを毎回
配っているよ！
当日飛び入り大歓迎!!



学生交流イベント年間カレンダー

SPRING



4月26日~30日
謎解き？お散歩の会

4月



5月

5月30日~31日
ミッション×お散歩の会



6月27日~28日
たなばた🌻お散歩の会

6月





Before

After

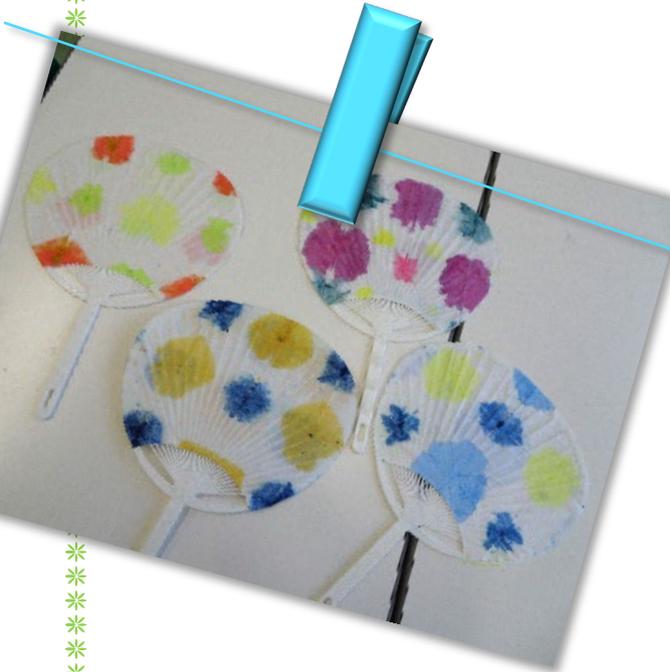


7月

7月22日~26日
わだにゃん神輿を作ろう

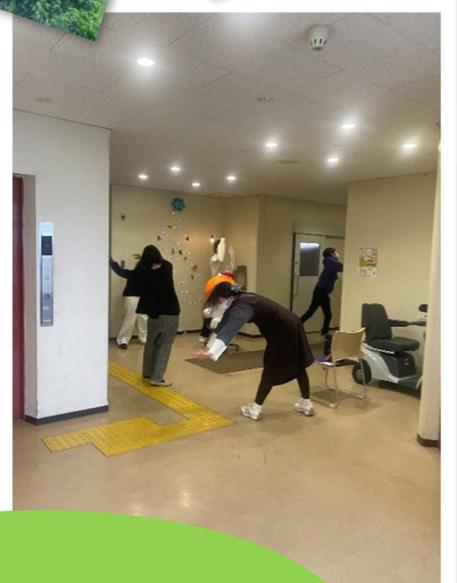
8月9日
うちわを作ろう

8月



8月~9月
☺️夏だ！ラジオ体操だ！

9月



定期イベントになりました！
毎週木曜日 12:45 に開催！

AUTUMN



10月

10月11日
秋のわだにゃん祭り



11月19日
運動の秋☆ヨガの秋

11月

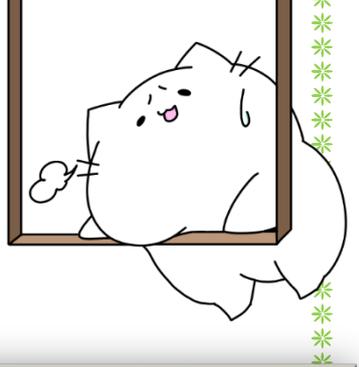


12月16~20日
クリスマスイベント

12月



WINTER



1月7日
アミーゴ新年会

1月



2月

イベントお休み中… zzz

3月15日
DANCE! DANCE!
BELLY DANCE!!!



3月



修学サポート活動

修学サポート活動とは

修学サポート活動は、障害のある学生または学習の意欲を持ちながらもメンタル等様々な事情により修学に困難を抱える学生に対して、キャンパスライフ・健康支援センターのスタッフの指導のもと、様々な支援を行っている取り組みである。

つまり……???



高校時代ではなかなかない
大学生ならではの学習の悩みを
サポートします

大学生になると環境は大きく変わります。
授業は自分で選ばないといけないし、授業の教室は毎回変わる。
今までと何もかもが変わるため、環境になじめないこともしばしば……。
環境になじめず、授業もうまくいかなくなって、せっかく苦勞して入学した
大学を卒業できなくなってしまう学生も……。

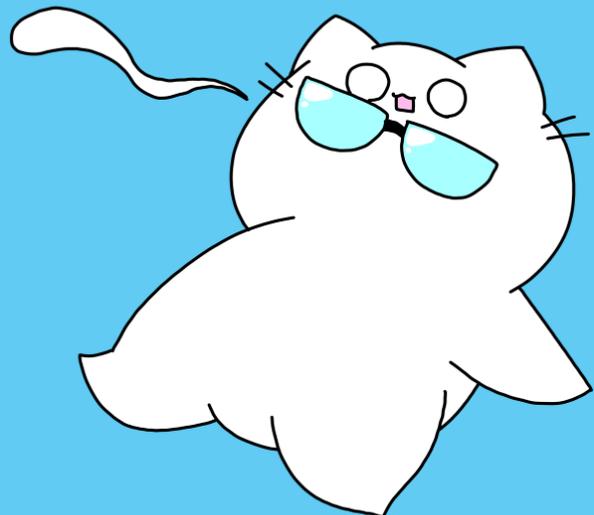
プログラミングが難
しいけど教えてくれ
る人がいない……

履修登録って何したらいいの？
どの授業をとればいいの？
必修と選択必修って何が違うの？

必修なのに授業内容が
難しくてわからない！

課題がいっぱいでしんどい……

課題しないとけない
のに一人じゃできない



そんな不安を抱える学生さんに



まずは学習支援の種類を紹介!

基本的にはこの二つ!

教養科目とは

履修登録

プログラミング

授業内容

履修登録支援

どの授業をとればいいのかわから
ない学生向け
先輩のサポーターと一緒に
自分に合った履修計画を
たててみよう!

学習支援

授業内容や課題、レポートなど
に対して困難を抱える学生向け

履修登録支援

どの授業をとればいいのかわから
ない学生向け

体調や生活リズムを考慮
して、なるべく朝の授業は
避けたい!

最終試験よりもレポート
課題のほうが好き!

勉強とバイトを両立させたい!

この曜日は授業を入れ
たくない!

大学生ならではの
自由な授業計画!

履修済みの先輩サポーターに
経験談や気になることを
聞いてみよう!

※教養科目は事前抽選なので、履修登録期間
とは別に事前抽選申込期間あり。

これを忘れて教養科目が足りず、卒業が危うく
なる学生もいるので気を付けよう!

いろいろな要望や情報を組み合わせて、
自分に一番合ったスケジュールを組もう!

組んだ内容で問題が無いのか、
学務課窓口まで一緒に確認に
行くこともできます!
不安は1人で抱えずに!



もしかしたらこんな学生もいるかも……？



授業を自由に選んでも、
授業の内容が難しい！
必修単位が取れない！

そんな君のための

学習支援活動！！

学習支援といっても
内容は人それぞれ！
まずは実際の例をご紹介します！



学習支援

授業内容や課題、レポートなど
に対して困難を抱える学生向け

学生サポーターとのマンツーマン指導

先輩学生サポーターから課題やレポートに関するアドバイスを受けられる！
一週間に一回程度の頻度で行われています。
授業内容が難しいと課題も難しくて手につかない、結局課題は提出できず、
授業に対するやる気もなくなってしまう、単位を落とすなんてことも……。
学生生活に影響が出る前に、できることをやっておこう！

学生サポーターや同じ不安を抱える学生と勉強会

みんなで不安な授業や難しい授業を勉強！
対象講義を履修済みの先輩学生サポーターと一緒に、授業の内容が難しい
などの理由から授業の理解が進んでいない学生同士で授業の復習を行い、
授業に対する不安を解消します。

学生サポーターと一緒にプログラミング！

プログラミングは多くの学生がつまずくポイント！
一人で進めることができてなぜかうまくいかない……。
やり直しても変わらなくて何が間違えているのかわからない……。
一人で抱えず他視点から見てもらうことで、
自分では気づけない箇所にも気づけます！

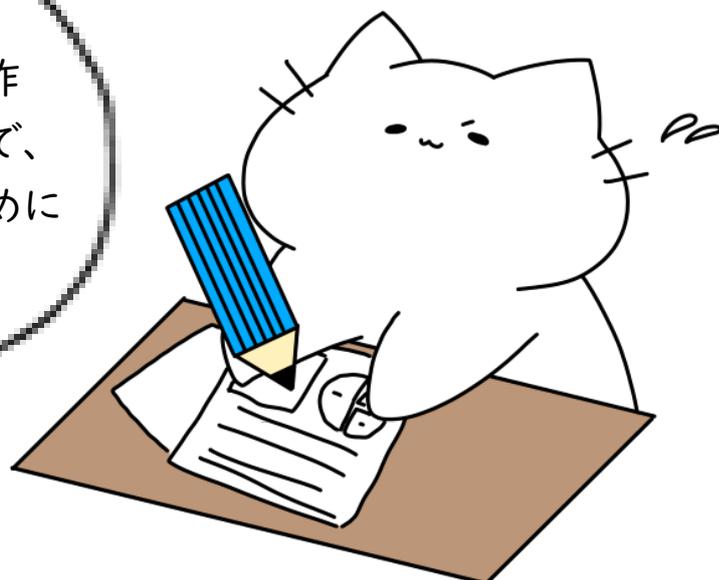
学習室

学習支援において
使用されている部屋です。
支援以外でも利用できます。



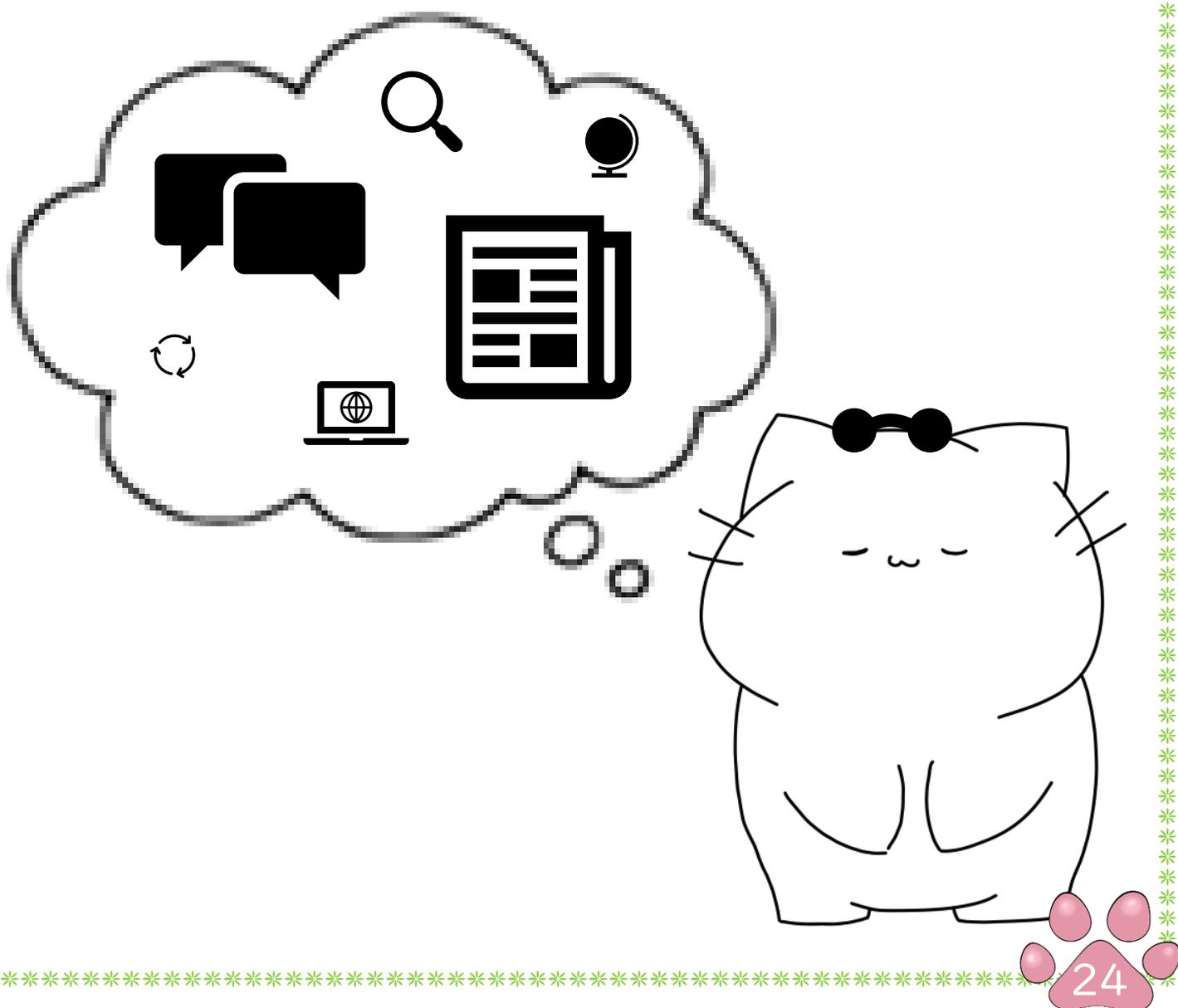
周囲が気になる人向けで
個室風の席もあります！
音を吸収する素材のため
より集中できます！

これらはいくつまでも一例！
家ではできないけど、ここでなら作
業が進められるからなどの理由で、
サポーターとではなく、自習のために
部屋だけを利用する人もいます！



広報活動

2024年度の広報活動は休止中です…… zZ
新型コロナウイルス以降のどたばたで、なかなか復活できませんでした……。
しかし、2025年度には新たな仲間を引き入れて活動を再開予定！
2025年度の広報活動にご期待ください！！



第三章

サポート活動のアンケート調査

サポーターからの実際の
声を数値で見よう!



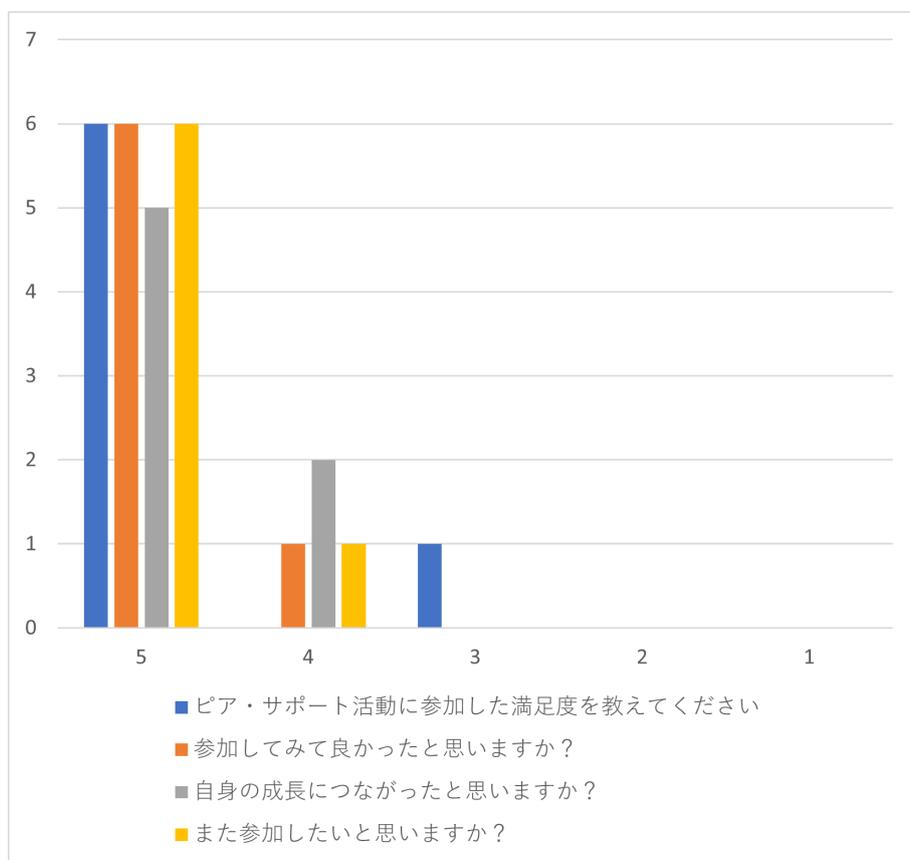
1. アンケート対象・回答人数

ピア・サポーターとピア・サポート利用者の両方にピア・サポートについてのアンケートを行った。アンケート回答人数はピア・サポーター7名、ピア・サポート利用者12名となった。

2. ピア・サポーター

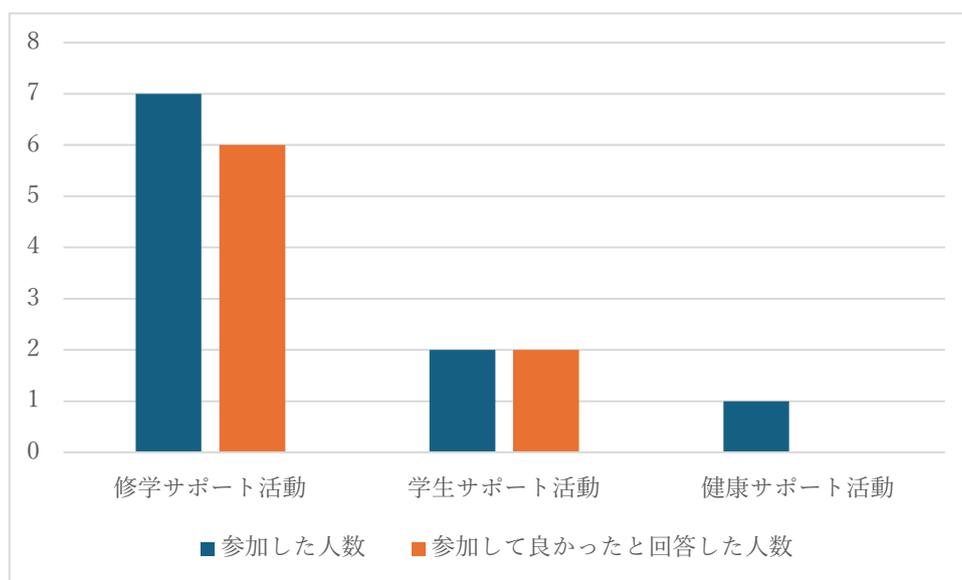
1) アンケート結果まとめ

ピア・サポート活動に参加した満足度についてはほとんどのピア・サポーターが「非常に満足」と回答し、「参加してみて良かったと思うか」、「自身の成長につながったと思うか」という項目については「そう思う」という回答が多かったことから、ピア・サポーターにとってピア・サポート活動が意義のあるものであったことが伺えた。また、「また参加したいと思うか」という項目についても「そう思う」が大多数を占め、今後の活動への意欲を感じさせる結果となった。上記の項目は5を最高評価、1を最低評価とした5件法によりアンケートを行い、各項目の回答人数は以下のような分布になった。



ピア・サポーターの満足度・有意義度・成長実感・再参加意向

アンケートに回答したピア・サポーターの全員が修学サポート活動に参加し、学生サポート活動や健康サポート活動といった他の活動に兼任して参加したサポーターもいた。また、参加したサポート活動に対して、参加して良かったと回答するサポーターが多かった。



各サポート活動の参加人数と参加満足度

2) ピア・サポーターの活動に対する感想

ピア・サポート活動に参加した感想として、

「初めてだったので、履修を教えるとなると難しいなと思いました。うまく時間割を組めた時や、いい授業を勧めることができたときはよかったです!と思いました。」

「悩みや困りごとを抱えている学生は多く、その助けになることができた点にやりがいを感じれた。これから多くの人を助けていきたい。」

「修学サポートについて、必要な環境や物が十分に用意されており、安心してサポートすることが出来ました。また、職員の皆さんの十分な配慮によって、学業やその他の活動と両立することができ、大変助かりました。」

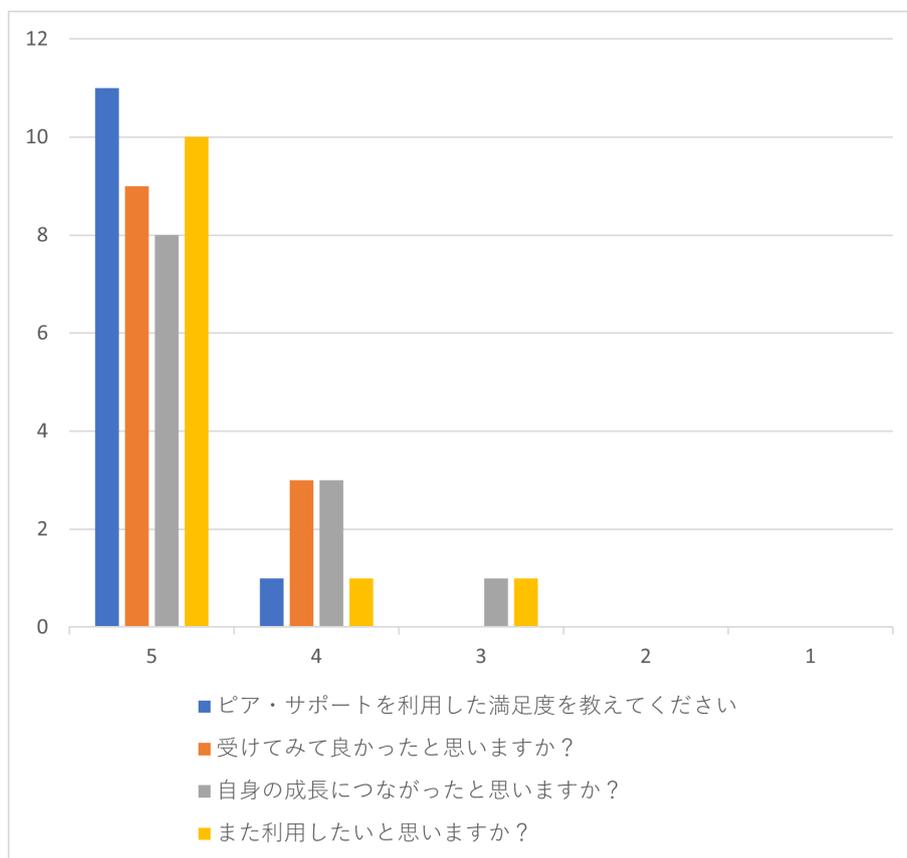
といった声がありました。

3. ピア・サポート利用者

1) アンケート結果まとめ

ピア・サポート活動を利用した満足度についてはほとんどの利用者が「非常に満足」と回答し、「利用してみて良かったと思うか」、「自身の成長につながったと思うか」という項目については「そう思う」、「ややそう思う」という回答が多かったことから、利

利用者にとって一定の収穫があったことがわかった。また、「また利用したいと思うか」という項目についても「そう思う」が大多数を占め、継続的なサポート利用に積極的な姿勢が見られた。上記の項目は5を最高評価、1を最低評価とした5件法によりアンケートを行い、各項目の回答人数は以下のような分布になった。



ピア・サポート利用者の満足度・有意義度・成長実感・再参加意向

また、全ての回答者が利用した活動と利用してよかった活動が一致していたことから、適切なピア・サポートが提供できていたと考えられる。

2) ピア・サポート活動に対する感想

ピア・サポートを利用した感想として、

「細かいところまでサポートしてくれて非常に助かった」

「常に利用者に寄り添った支援で、次困ったときも是非とも利用したいと思いました。」

「自分の希望を聞いてくれてそれを反映した提案をしてくれたり、他のサポーターの方も分からないことがあれば手伝ってくれたり、協力的にサポートしてくれた。」

「とてもありがたい制度だと思った」

といった声がありました。

第四章

来年度の学生サポーターに向けて

先輩からのメッセージ!



🌟 来年度の学生サポーターに向けて 🌟

—— ピア・サポーターへインタビュー ——

📄さん(経済学部)

🍓さん(経済学部)

🔧さん(システム工学部)

【Topic 1:ピア・サポーターとして活動してみたの感想】

- 📄さん「自分でも人のために活動できる場所がある、人が頼ってくれる事があるんだって認識できたことが大きかった。特別なことはしてないつもりでもそれを頼ってくれる事があってそれが自分の長所を見つけるひとつの鍵になるかもと感じた。」
- 🍓さん「(自分の受けた授業の中から、おすすめの授業を紹介するなど)自分の経験やスキルを活かして人の役に立つことができ、やりがいを感じました。授業やサークルでは関わる機会の少ない学生と関わる機会を持つことができ、自分自身の学びや成長にもなる機会が多く楽しかったです。」
- 🔧さん「過去の経験が活動に活かせるだけでなく、未来の自分のための学びにもなる点が、とても印象的でした。」

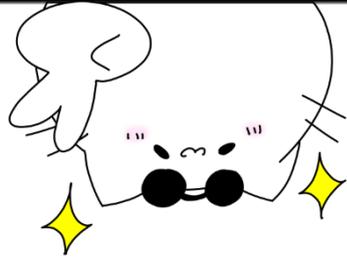
【Topic 2:活動で大変だったこと】

- 📄さん「頼りにされるぶん上手いかなかったり体調と噛み合わなかったりするとかなり押し潰される感覚がある、責任感が生まれるからだと思う。」
- 🍓さん「自分の感覚(何が楽で、何が大変か)は必ずしも相手とは同じではなく、相手の感覚に寄り添ってプランを考えなければならぬことが大変でした。(PC テイクなど)実際の現場でサポートに参加させて頂いた際に、緊張してしまいうまくサポートできないときがあったり、履修相談で単位の計算をしている時、間違いがなかったか、一緒に組んだスケジュールで本当に進級することができるのか、責任を感じる時もありました。」
- 🔧さん「活動の中でも、特に履修相談で自分の知らない範囲の相談があったときに、他のサポーターに任せきりになってしまったことに難しさを感じました。」

【Topic 3:来年度のサポーターへひとこと】

- 📄さん「気軽に参加してもいいと思う、というか参加して欲しい。自分に何も無いかもしれないと思う人なら余計に参加して欲しい、実は気付いてなかった力が見つかるかもしれないから、もちろん合わないこともあるだろうけど悪い方向に働くことはケースとして少ないはずだから。理屈的に言うならローリスクハイリターンだと思うからやってみて欲しい。」
- 🍓さん「サポート活動は職員の方やサポーターの方たちと協力して行うことができるので、様々なことにチャレンジできる環境だと思います。気軽に参加してほしいと思います!」
- 🔧さん「人のためにも、自分のためにもなる活動なので、少しでも心と時間に余裕ができればぜひ参加してほしいと思います。」





おわり



これからもっとたくさんの
学生さんと活動できるよう
頑張ります!

