

◆企画名	青空ワーク
日程	平成25年5月25日(土)
場所	総合学生会館凜風館4階 ベランダ
参加者数	17名(KUサポーターズ9名、KUサポーターズ以外のピア・サポーター8名)
目的	

5月は各ピア・コミュニティに新メンバーが加入する時期であり、新年度のピア・サポート事業が本格的に始まる時期でもある。本事業には、こういったピア・コミュニティの本格的な活動を前に、新メンバーを含むピア・サポーター同士で交流を深め、ピア・コミュニティの更なる協調と連携を促す目的がある。

また、ピア・サポート事業を各ピア・サポーターが無理なく行えるよう、日々の活動の合間にリフレッシュを行う重要性も啓発する。具体的には、屋外でヨガによるボディワークを実施し、各ピア・サポーターがリフレッシュの術を知る機会を設ける。

内 容

本事業では、凜風館4階ベランダにブルーシートを敷き、ボディワークを行った。まずは、参加者に学部・学年・氏名・所属コミュニティなどを順番に言ってもらい自己紹介を行った。次に、深呼吸・頭の運動・肩の運動を行い身体の力を抜いた。メインのヨガでは、1人で座ったまま風の音を聴きながら落ち着いた気持ちで始めてもらい、途中からは2人組になり景品の取得を目指してゲームを楽しんでもらった。最後は再び1人に戻ってもらい、体の力を抜いてリラックスしてもらった。ヨガ終了後は、時間がある参加者でお弁当を持ち寄ってブルーシートの上で食べた。

感 想

- ・本事業のアンケート結果によると、参加者にはリフレッシュしてもらい、満足して帰ってもらえたようである。その理由には、当日の天気が気持ち良かったことや、ヨガの説明を難しい専門用語ではなく参加者に伝わりやすい言葉で行ったことなどが考えられる。
- ・当日に急遽、暑さのせいで屋内に会場を変更したが、凜風館屋上から凜風館4階ベランダへのブルーシートの移動と参加者の誘導を定刻通りに行えた。
- ・本事業を行うに当たり、ヨガ体験に通ったことで、まず自分たちメンバーが十分に体験し、理解してから他人に教える必要性を知ることができた。

改 善 点

- ・ピア・サポーター向け事業であっても、安全性やマナーの面で、KUサポーターズのGmailアカウントを使うか新たに企画参加者用MLを作るべきであった。
- ・ピア・サポーター向け事業でも事業計画書と参加者名簿が必要だということを多くのメンバーが知らなかった。
- ・事業当日は、真昼の炎天下で気温が非常に暑く、地面に敷いたブルーシートが発熱し、リハーサルを行った凜風館屋上にて本番を実施できなかった。そのため、「青空の下」という当初の事業コンセプトを守れなかった。また、騒音対策もできなかった。
- ・担当者の説明でヨガの概念と本来の目的が伝わっていなかった。
- ・事業内容の質を重視して内容を詰めた結果、終了予定時刻を過ぎてしまった。
- ・2人ペアで立木のポーズをする際に、参加者が予想以上に姿勢を保つのが上手く、なかなか勝敗をつけられなかった。
- ・手足のストレッチなどで手順に関する担当者間の情報共有ができていなかった。
- ・アンケートを实名制にしたため、結果が左右されてしまったかもしれない。