



はじめに

ガイドブック作成への思い



きょうだいの安心安全のために

近年、病気や障がいのある子どもや大人の「きょうだい」に光が当たるようになってきました。きょうだいたちは不安や孤立感などさまざまな気持ちを抱えながら子ども時代を過ごし、自身の世界が広がっていく年代、将来を考える年代、親なき後に悩む年代と、人生を通して悩みや苦しさを抱えることもあります。しかし、そんなきょうだいへの支援はどの年代にも足りていません。

きょうだいへの支援を考えるためには、大人になったきょうだいたちの声から学ぶことが必要と感じました。同時に、支援の発展のためだからと、無理をして経験談を話してくれるきょうだいの姿や、きょうだいたちの大切な人生の話がただの情報として取捨選択して持ち帰られたり、美談として消費されていると感じ胸が苦しくなる場面も目にしてきました。

話を聴く場がきょうだいにとって「話してよかった」と思える場になるにはどのような工夫ができるのか、みんな考えています。

NPO法人しぶたね 理事長
清田悠代

こんな時は



「シブパネル」を知りたい・開催したい

シブパネルの目的や、構成する人、準備や当日必要なこと、スケジュール例などご紹介しています。

P03

経験談を話す予定がある

経験談を語るのには大きなエネルギーを使うことです。あなたの心を守ることを最優先に。

P08



あたたかいイベントをつくるヒント

シブパネルを実際に行う中で工夫してきたことを集めました。

P13



もくじ

1 「シブパネル」について	P03
2 シブパネルを開催するとき	P07
パネリストの方へ	P08
登壇してくださったきょうだいの声	P12
より安心安全な場にするためのヒント	P13
3 シブパネルの疑問解消Q&A	P15