



“聴くことのできる人を育てる”NPO 法人研修グループ

# P.L.A ニュース 第42号

パートナーシップ アンド リスニング アソシエーション

2016年10月15日発行

発行者 P.L.A 事務所 〒101-0046 千代田区神田多町2丁目7番3号 三好ビル 801号室 平日 12:00~17:00

TEL&Fax 03-3255-2882 E-mail : info@pla-keicho.org ホームページ:http://pla-keicho.org/

## ボランティアは細く、長く

これは私が杉並区の傾聴ボランティア養成講座を修了し、活動を始めた時に大先輩から掛けられた言葉です。これからどんどん活動しようと思気込んでらっしゃる皆さんには「なぜ？」と思われた方もいらっしゃるのではないかと思います。

2010年に区の養成講座（講師はP.L.Aの先生でした）を受け、現在は特別養護老人ホームと個人宅でそれぞれ月に一回傾聴ボランティアとして活動しております。

いざ活動を始めてみると、特養の場合は介護度も高く認知症状のある方が多く、会話ができる方は限られています。想像していた会話が弾み楽しい時間を共有する、時には悩みを相談してもらえなどと言う事には程遠く、じっと横に座り、意思の疎通も難しく、これでお役に立っているのか？と自問する事も少なくありませんでした。

何度も何ううちに入所者の方の事も少しずつ分かるようになってきました。90歳を過ぎた方から「あなたの名前を覚える事はできないけれども、あなたの事は分かるのよ。」と言われた時には本当に嬉しく思いました。

個人宅には3年ほど伺っています。途中、利用者の方の二回の入院で中断した事がありますが、その度に厳しいリハビリを乗り越え、一人暮らしの自宅に戻られる姿には人生の先輩として尊敬すべきものを感じます。

私なりに気を付けている事は、相手の方と直接かかわるボランティアですから相手の方のお話を受け入れ共感を持って聴く事ができるように自分の気持ちを整えて何う様にしています。また、相手の方がお話される事は否定をしないで聴く事。内容が正しいかどうかではなく、大切なのは相手の方が「聴いてもらえた」と感じてもらうことだと思っています。

少しなりともお役に立ちたいと始めたボランティアですが生き方や自律する心など、自分もこうありたいと勉強させて頂く事の方が多い様に感じます。

これからも「細く、長く」です。 杉並区 なごみ傾聴の会 出田直子



### <10周年記念誌> —傾聴 聴く人を育てる P.L.A とボランティアの実際—

好評につき増版！！P.L.A とボランティアの皆さまの10年の活動の集大成です。今後の活動に役立つように「シナリオ」も掲載しています。ぜひお役立てください。 【販売価格：1,000円（税込）】

ご購入は、P.L.A 事務局へEメール・電話・FAXで、またはHPからお申し込みください。

第0回傾聴ボランティア、ニ、ナ六法会開催！ <平成28年11月8日(火) 13:00~16:40>

ーメンバーの心のケアにどう対処すればよいかー **・JR中央・総武線千駄ヶ谷駅前  
都営大江戸線国立競技場前（A4出口）**

傾聴ボランティア活動を続けるなかで、ボランティアさんが感じるストレスや精神的疲労、また、ご自身の直面するつらさや悲しさなどに、グループとして個人としてどう対応していけばよいのか、を考えるのはいきいきと活動をするためにとっても大切なことと思います。皆さまのご参加をお待ちしております。

〈東京体育館第1会議室〉



平成28年度（10/16～12/31）P.L.Aの研修・活動予定（10/15現在）

	主催者	日時・曜日・タイトル
1	船橋市福祉サービス公社	8/25(木)～毎回木曜全10回：傾聴ボランティア養成講座
2	昭島市保健福祉部	10/1(土)～毎週土曜全5回：傾聴ボランティア養成講座
3	流山市社会福祉協議会	10/6(木)、10/20(木)、11/2(水)、11/16(水) ；介護支援サポーター・フォローアップ講座
4	厚木市社会福祉協議会	10/14(金)～毎週金曜全5回：傾聴講座
5	江東区社会福祉協議会	10/18(火)～毎週火曜全4回：傾聴ボランティア養成講座
6	中央大学ボランティアセンター・多摩キャンパス	12/18(日)：傾聴講座
7	豊島区民社会福祉協議会	11/10(木)：社会貢献型後見人養成講習基礎講座
8	(社福)福音会文京白山高齢者在宅サービスセンター	11/19(土)ご利用者に関わる積極的傾聴について
9	青梅傾聴ボランティア『うさぎ』	11/23(水)：講演会・傾聴姿勢を学ぶー入門編ー
10	杉並区区民生活部協働推進課	12/6(火)：傾聴ボランティアスキルアップ講座
11	NPO法人アビリティクラブたすけあい	12/14(水)：相手の心によりそう姿勢
12	中野区社会福祉協議会	12/22(木)：生活支援サービス担い手養成講座
13	町田市社会福祉協議会	12/22(木)：心配ごと相談員研修会
≪フォローアップ研修≫ ●志木市社会福祉協議会（12/17） ●国分寺市傾聴ボランティアグループ「かたらい」（11/15） ●三鷹市役所（11/17）		

募集中

第23回公開講座：「傾聴講座」

ー対人援助をこころざすボランティアのためにー

- ◇ 主催 NPO法人 P.L.A：パートナーシップ アントリスニング アソシエーション
- ◇ 会場 東京体育館サブアリーナ第3会議室 or 第4会議室  
JR中央・総武線千駄ヶ谷駅前、都営大江戸線国立競技場前 A4 出口徒歩1分
- ◇ 日時 2017年 3/2、3/9、3/16、3/23、3/30 毎回木曜 全5回 13:30~16:00  
※但し、3/30(木)は活動情報提供のため 16:40迄
- ◇ 対象 全5回に出席できる方。 ※全回出席の方に修了証を交付します。
- ◇ 内容 毎回、傾聴理論の講義と実習(体験学習)
- ◇ 定員 先着24名
- ◇ 参加費 12,000円(全5回分) ★『活動のしおり』を進呈!

