



“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56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

2020年12月2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/

昨年開催された交流会の活動報告をお届けします。今年、新型コロナウイルス感染拡大により、ボランティア活動は制限され、各種講座も延期や中止となりました。感染の第2波の後、感染防止のためのあらゆる対策が講じられた上で、各地で講座が再開されました。そして、それぞれの講座が、主催者のご尽力や参加者のご協力もあって無事終了しました。なかでも『電話による傾聴』には、多くの関心が寄せられました。施設や、一人暮らしの高齢者の方々を一人ぼっちにしないために、今できることを模索したり、実際に取り組みも始まっています。掲載したコロナ禍以前の生き生きとした活動報告が、今の時期の閉そく感からの解放に、少しでもお役に立てばと、心から願っています。

第11回傾聴ボランティア交流会報告

私の活動報告②

(2019.11.20開催)

豊島区「傾聴みみずく」代表 西部 静香さん



傾聴されている皆さんに何か参考になればと思い寄稿します。

ボランティアを続けるのに大切なのは仲間です。仲間がいたから長く続けられたと思っています。月1回集まって活動のこと、利用者さんとの心のこもったエピソード、個人のことなど情報交換して来月の活動予定を入れて雑談します。これが楽しくて来月も元気で頑張ろうと思います。また、利用者さんとの出会いの中での少しの感動も必要です。皆さん体力の衰えや、認知症が進んでいくことなど当たり前なのですが、「元気はないがしっかり手を握ってくれた」「気分がいいのか笑顔が可愛かった」など、そんな日は帰り道、来てよかったと思います。こんな積み重ねが長く続くこつのように思えます。今までで特に心に残ったエピソードを紹介します。

施設の高齢の女性、故郷が山形で今までも雪国の話は聴いていましたが、この日は気分がよかったのだと思います。「学校へはスキーをはいて行くのよ、帰ってくるとかんじきをはいて友達と遊ぶのよ、お腹がすいて家に帰ってくると囲炉裏に美味しい鍋がかかっているよ、それはそれは美味しかったよ！！」雪国の生活が絵本の中のような感じでした。その時、私の後ろにスーツを着た中年の男性が立っていました。息子さんと気づきました。彼は「上手ですね！！母のこんな生き生きした姿を見たことがありません。本当にありがとうございました」と深々と頭をさげられ、少し涙を浮かべておられました。感動の思い出のひとつです。そして私は年を重ねてきて良かったと思えることが多いです。戦後から昭和の生活、ニュース、芸能、歌、何でも話しが通じます。利用者さんも「そうそう、そうだったね～！！」「苦勞もあったけど、こんないい時代に皆さんに親切にさせていただいて幸せだよ！！」こんな言葉がきける私たちの活動は大切です、そして幸せです。皆さん自身の健康、そして家族の健康がなければ、いい活動はできません。細く長く頑張り過ぎないように！！でも少し頑張りましょうね。

私の活動報告③

昭島市 昭島傾聴ボランティア「さざなみ」 古舘 敏代さん



施設での印象に残る 80 代の女性の話です。30 代で亡くなった娘さんの幼い時の毛布を、施設に入っても大切に保管されていました。ある時、‘眞子さまとお相手の会見’をテレビで観ていた時、「若い人が幸せになるのはいいね・・・」と、ぽつりと漏らし、下を向いて黙ってしまわれました。私はハッとして「もしよければお嬢さんのこと、今お話してもよいですか」と、踏み込んでみました。それからは今まで話せなかった辛く悲しい思いを涙いっぱい話されました。思いを受け止め心が通った時間でした。その後は骨折で弱られ亡くなりました。寄りそいや適切な言葉がけ、難しいですが、その日 1 回の傾聴を大事にしたい思いで続けています。もう一つは「あなたの話聴く広場」の活動です。話したい方をこちらが待つスタイルです。年代も幅広く話題も様々で、施設や在宅傾聴とは異なる活動ですが、この活動の活用にも目を向けて行きたいと思っています。

私の活動報告④

豊島区「傾聴みみずく」 山本 滝夫さん



私は、傾聴ボランティア経験 2 年足らずの“新参者”です。活動を始めたころは『施設での傾聴』のみでしたが、現在は、「豊島傾聴ボランティアステーション」がコーディネートしている『個別家庭へ訪問しての傾聴』、『利用者さんに会場（“傾聴コーナーひだまり”）へ来ていただいていたの傾聴』にも参加しています。多様なスタイルの活動を通じて、傾聴活動への気づきやスキルの幅が広がっていくのを実感しています。最初のころには失敗や戸惑いも多く、ときにはご叱声をいただいたりもしましたが、最近では、いくらかでも利用者さんのお役に立てたかなと思えるような場面があったりして、傾聴の奥深さとやりがいを感じているところです。活動をする中で、これからも大切にしたいと感じていることのひとつに、“傾聴仲間とのつながりや交流”があります。励ましあったり、学びあったりできる仲間がいることが前へ進むエネルギーになっています。また、“自然な笑顔”も大切にしたいもののひとつです。笑顔の効用はいろいろあるでしょうが、傾聴者の笑顔が利用者さんの心理に及ぼす影響は計り知れないものがあるような気がしています。“いつも和顔愛語”が目標です。さらに、手探り中ですが、私にとって傾聴活動は、自分自身に向き合い、見つめ直す貴重な機会でもあると思っています。

★ P.L.Aがコロナ禍で実施した研修(2020年6月~12月)順不同 ★

- * 連続講座：荒川区社会福祉協議会（以下社協）、練馬区こだまの会、渋谷区社協、船橋市福祉サービス公社、昭島市役所、豊島区社会福祉事業団、志木市社協
- * その他の講座：町田市教育委員会、神奈川生活クラブ生活共同組合、昭島市助産院こもれび家、福生市社協、江東ボランティアセンター（以下VC）、いたばし総合VC、町田市社協、志木市社協、練馬区こだまの会、墨田区すみだ子育て支援ネットはぐ、あきる野市・日の出町・福生市 3 社協共催、くらしサポート W.Co.Lavori、朝霞市傾聴グループつぼみの会
- * フォローアップ研修：白井市社協、三鷹市社協、中央区うさぎの会、豊島区社会福祉事業団、中央区うさぎの会

★ 第29回P.L.A公開講座:傾聴講座(2021年春)ご案内 ★

- * 日時：2/13(土)、2/20(土)、2/27(土)、3/6(土)、3/13(土) (13:30~16:00)
- * 会場：国立オリンピック青少年総合センター会議室 * 定員：18名 * 参加費：全5回分 12,000円