



“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39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 1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/

講演会：認知症状の方との関わり-現場から-



社会福祉士 松尾隆義氏：第7回傾聴ボランティア交流会

2015.12.11

「還暦を迎えて、思いきって脳の MRI の検査をしたんですよ。そうしたら、年齢相応という結果が出て、ホッとしたような、でもちょっとがっかりしたような・・・。」と身近な話題から、2025年には、65歳以上の高齢者のうち5人に1人が認知症に、と切実な問題が、ユーモアを交えて提起されました。

認知症は脳の病気であり、そのため認知機能が低下します。それに伴い生活環境への適応が困難となり、生活のしづらさが徐々に進行します。

認知症の原因には、アルツハイマー病（60%）脳血管障害によるもの（20%）レビー小体病（10%）、そしてその他正常圧水頭症などによるもの（10%）がありますが、いずれにしても早期発見と早期支援が大切です。投薬や、とくに軽度認知障害（MCI）など、トレーニングを実施することで、病気の進行を遅らせたり、症状の改善も可能となります。そして、本人や家族が、これからの生活への備えを早めに考えることにもつながります。

認知症になると、当人は、「なにか変だな」と不安を感じたり、気分が沈んでうつ状態になることがあります。これは老人性うつとの区別が難しく、医師の診断が必要です。また失敗してどうしていいかわからずに混乱したり、怒りっぽくなったりもします。物忘れも加齢によるものと違って、体験したこと自体を忘れてしまいます。しかし、感情の働きは残っています。よく言われるゴミ屋敷にしても、ため込んだゴミは、当人にとっては思いの詰まった大切な宝物なのかもしれません。

認知症を生きるということは、長年かけて得てきたものを、一つひとつ失っていくことだといわれます。いまその人が生きている内的世界を受け入れて、そっと寄り添うことができれば、その苦しみや、不安、喪失感も少しは和らぐのではないのでしょうか。

認知症の人への対応には、心得として、3つの「ない」が、大切です。1) 驚かせない⇒正面から近づいて話しましょう。2) 急がせない⇒ゆっくりと話し、反応を見ながら意志を確認しましょう。3) 自尊心を傷つけない。ことです。

認知症の方や家族を支える活動として、認知症サポーターや認知症カフェなどがあります。傾聴ボランティアの働きも大きく期待されるものです。また市民の一人として、困っていそうな方を町で見かけたら、ゆっくり近づいて、相手の視野に入ってから、「なにかお困りですか」「大丈夫ですか」「何かお手伝いしましょうか」「どこへ行かれますか」などと声かけをしてみましょう。



★ 新年おめでとうございます。皆様にはいかがお過ごしですか。🌸

NPO 法人 P.L.A (通称)も平成 28 年の新しい船出をしました。設立 (2005 年) 以来ご関係の皆様と「傾聴」を通じて豊かで温もりある関わりを持ち、この 10 年を大切に参りました。今年、新しいスタッフ(講師)も加わりさらに充実した研修をお届けするべくプログラムを拡げ、多様な社会のニーズに応えられるよう準備しております。これからも「傾聴を軸」に共通の輪が広がることを祈ります。 理事長 後庵正治

★ 10周年記念誌 <傾聴一聴く人を育てるP.L.Aとボランティアの実際> 刊行しました!



P.L.A の研修プログラム (シナリオ 3 本含む) と 30 数名の傾聴ボランティア体験記を満載日頃の活動のお供に。またグループ研修や自主学習にお役立てください。

- ・ 購入方法 : 電話・fax・メールでお申込みください。販売価格 : 1,000 円(税込)
- ・ 送料 : 3 冊までは 180 円、振込用紙同封でお送りしますので、到着後お支払いください。

【平成 28 年度 1 月～4 月の P.L.A の研修予定】

	主催者	日程・タイトル
1	墨田区子育て支援総合センター	1/13(水)、1/14(木):ほっとサポーター養成講座
2	町田市電話相談員研修③	1/18(月):心配事相談員研修③
3	流山市社会福祉協議会	1/19(火):傾聴入門;気持ちに耳を傾ける②
4	日野市社会福祉協議会	1/22～毎週金曜全 3 回:傾聴ボランティア入門講座
5	中央区社会福祉協議会	1/25～毎週月曜全 5 回:傾聴ボランティア養成講座
6	杉並地域大学・すぎなみボランティアセンター	1/26～毎週火曜全 4 回:傾聴ボランティア養成講座
7	福生市社会福祉協議会	1/27～毎週水曜全 5 回:傾聴ボランティア養成講座
8	水戸市生涯学習センター	2/7(日):①傾聴の基礎を学ぶ ②ワークショップ
9	江戸川ボランティアセンター	2/25(木):傾聴ボランティア入門講座
10	船橋市福祉サービス公社	3/10(木):リフレッシュ研修
11	豊島区民社会福祉協議会	3/11(金):傾聴ボランティア入門編
12	江東区男女共同参画推進センター	3/19(土):傾聴講座-聴いて寄り添うことから始めよう-
13	日の出町社会福祉協議会	3/24(木):人のこころに寄り添う(傾聴講演会)

<フォローアップ研修> ●青梅市傾聴ボランティア『うさぎ』(1/15. 3/25) ●川崎市多摩区社会福祉協議会(以下社協)(2/17) ●あきる野市社協(2/2) ●町田市傾聴の会「みみずく」(2/19) ●昭島傾聴ボランティア・さぎなみ(2/20) ●白井市社協(2/24) ●中央区傾聴ボランティアうさぎの会(3/10) ●我孫子市社協(3/16) ●豊島区社会福祉事業団(3/10)

第21回P.L.A公開講座:『傾聴講座』 ~対人援助をころざすボランティアのために~

- ◇ 日時 2016年 2/29、3/7、3/14、3/21(振替休日)、3/28 毎月曜全 5 回 13:30~16:00
- ◇ 会場 東京体育館サブアリーナ第 2 会議室 (JR 中央・総武線千駄ヶ谷駅前、都営地下鉄大江戸線国立競技場駅 A4 出口より徒歩 1 分)
- ◇ 対象 全 5 回に出席できる方。 ※全 5 回出席された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) 先着:24 名 参加費:全 5 回分 12,000 円(振込)

第11回P.L.A公開講座:フォローアップ研修

- 〈日時〉2016年 4 月 14 日(木) 13:30~16:30 〈会場〉東京体育館サブアリーナ第 2 会議室
- 〈対象〉P.L.A 主催公開講座 1~21 回の講座修了者及び P.L.A 講師による傾聴ボランティア養成講座を受講された方 〈内容〉事例から学ぶ 〈定員〉先着 24 名 〈参加費〉3,000 円(振込)