



“ 聴くことのできる人を育てる ”

P. L. A ニュース 第 63 号

NPO 法人パートナーシップ アンド リスニング アソシエーション

2022 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 (月水金 11:00~16:00)

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

荒川区における傾聴ボランティア活動・ふれあい電話活動

～対面・オンライン・電話あれこれ～

コロナの影響で全国の傾聴団体は活動継続の難しさに常に直面してきたと思います。荒川区においても、悩みながら進んできた 3 年間でした。荒川区内には傾聴ボランティア団体『ダンボの会』があり、約 70 名の会員を擁する大きな団体です。荒川社協はダンボの会と連携し、傾聴支援活動を行なってきました。コロナの間も定例会は開催し、活動の在り方を悩みながら模索していました。感染は怖いけど、利用者さんとの時間は大切にしたい。当初は電話での傾聴やハガキを送る活動などを行っていました。会員同士の様々な議論を経て対面訪問は 2021 年春から感染対策ガイドを作成し、15 分間の玄関先訪問からスタート。徐々に時間を延ばして現在も傾聴訪問を行っています。感染拡大時は訪問休止するなど、常に感染状況を注視し、会員・利用者双方が安全に活動できるよう対話を重ねて参りました。訪問できた際には、利用者さんから、『ずっと待っていたよ』と嬉しい声を頂き、会員さんの喜びもひとしおでした。対面で会えることの素晴らしさや待っている人がいることへの期待など、コロナで失われた時間を少しずつ取り戻し始めています。

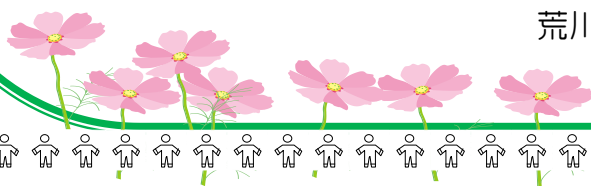
また『サロン三ノ輪橋』(傾聴サロン)についても、Zoom でのオンライン傾聴サロンを 2021 年 4 月より始動しました。Zoom を使ったことのない会員さんに使い方をサポートし、オンライン傾聴を始められたのは良かった点です。Zoom の『チャット(文字入力)』を行い、よりわかりやすくなりました。また、自宅から手軽に接続できることでお話が弾み、手料理を見せて頂いたり、新しい交流形態に発展しました。対面でのサロン活動では、ご高齢の方が多かったのですが、20~30 代の参加も多いです。また、様々な生きづらさを持った方(軽度知的障がい・自閉症・引きこもり等)に対しての心理的安全を提供する場としての機能も果たし始め、繋がることで地域の元気づくりに一役買っています。

最後に荒川社協では『ふれあい電話事業』を行なっています。こちらは、区内高齢者でご希望のあった方に対して、毎週 1~2 回電話担当ボランティアさんをご自宅へ電話をかけ、季節の話や健康のことなど身近な話題についてお話し相手をし、安否の確認をしています。コロナを機に依頼件数も非常に多くなり、約 70 名の方が利用されています。また、ふれあい電話交流会を今年度から再開し、利用者さんと担当ボランティアさんとの交流が 3 年振りに持てることとなりました。まだまだ、油断できない日々が続いていますが、お話を聴いてほしい方達に思いが届けられるよう社協職員として後方支援をしていきたいと思っています。

荒川区社会福祉協議会

荒川ボランティアセンター コーディネーター

荒井 美智江



第33回公開講座:「傾聴講座」報告

第33回 P.L.A 主催の傾聴講座開催の募集を始めた7月になって、コロナが再び急激に増加し始め、開催の可・否に思案致しましたが、8月には下降傾向になったため、感染防止に配慮しつつ開催に踏み切りました。そんなわけで参加者はやや少なめでしたが、その分、受講された方はじっくり傾聴について学ぶことができたのではないかと思います。

特に、“聴く”ことを学ぶと同時に、受講者自身が「話を聴いてもらう体験」をするロールプレイ実習後は、「自分の気持ちを理解してもらった安心感」「話すことでスッキリした」という声が聞かれ、話すことや対話の大切さを実感されたのではないのでしょうか。

今回の「傾聴講座」には、傾聴に関心をお持ちの方や既に傾聴ボランティアとして活動されている方もいらして、傾聴の体験学習を通して、お一人お一人ご自分を振り返りながら、人との関りに多くの気づきを得、またご自分への思いをも深めていかれた様子が、しっかりと伝わってきました。最終日には今後傾聴を日常生活に、高齢のご家族に、また、仕事やボランティアに生かしていきたいと、皆さまが意欲的に話しされたことが印象的でした。

《第33回公開講座:「傾聴講座」参加者の声》

- 傾聴の際には、日頃から自分自身に向き合っていないと、聴き手として感じたことを話し手に返せないのではないかと感じ、あらためて聴くことのむずかしさを痛感した。
- キャリアカウンセラーとして、傾聴のことはわかっているつもりでいたが、講座がすすむにつれ、目から鱗が落ちるような印象を受け、認識を新たにしました。
- 講座修了時に実際にやってみるためには、自治体の社会福祉協議会に連絡を取ってほしいということだったので、さっそく連絡してみたい。

(※同じ気持ちの方が何人もいらっしゃいました。)



《P.L.A 2022年10月～12月開催予定講座(順不同)》 * 傾聴ボランティア養成講座: 厚木市社会福祉協議会(以下社協)、青梅市社協、昭島傾聴ボランティアグループ「さざなみ」、志木市社協、豊島区社会福祉事業団 * 傾聴講座: 豊島区民社協、全員参加による地域未来創造機構、大田文化の森運営協議会 * フォローアップ研修: 東大和市社協、厚木市社協、白井市社協、NPO 法人 UPTREE * リフレッシュ研修(2022年3月より延期の講座): 荒川区傾聴ボランティアグループ「ダンボの会」

♪ 切は10月25日♪ 当日(11月14日)のご参加も可♪ 皆様のご参加をお待ちしています!!

♡ 第12回傾聴ボランティア交流会を開催します♡

〈テーマ〉 今後の傾聴ボランティア活動に向けて
～コロナ禍での工夫例や活動の悩みなど、思いを分かち合いましょ～

* 日時: 2022年11月14日(月) 13:30～16:00 * 参加費: 500円(当日)

* 会場: 東京体育館 (JR千駄ヶ谷駅前) サブアリーナ 第1会議室

◇ オープニングトーク : 3つの傾聴ボランティア団体からの発表



★ 来春 P.L.A 主催オンライン傾聴講座開催します!!

◇ 日時: 2023年2/18～3/18 毎週土曜午後連続5回 ◇ 募集人数: 12名 ※Zoom初めての方もOK
※ 講義と体験学習の講座 ※ 事前に接続可能かの確認を行います。 ※ グループワークの際には、各グループにファシリテーターがつきます。 ※ 詳細が決まり次第、HPに掲載します。