

**みやぎNPO夢ファンド(C) スタートアップ支援プログラム  
平成20年度助成事業 最終報告書**

**書式 4**

2009年 4月 30日

団体名	仙台傾聴の会
事業名	みやぎNPO夢ファンドスタートアップ支援プログラム
連絡担当者お名前（ふりがな）	伊藤 美子
<p>助成金を使って行った事業について、ご記入ください。 (事業の様子の写真や、関連資料などありましたら、あわせてお送りください)</p> <p>9月20日(土) 第1回『良い聴き手になるために～傾聴について学ぶ』(NPO法人ホールファミリーケア協会 理事長 鈴木 絹英) 10:00~12:00 仙台市民会館 ・ 参加者: 45名</p> <p>【主な講座内容】◆話を聴くことのたいせつさ ①自分のことをわかってもらえたと感じ、安心感を抱く。 ②「話す」は「放す」→心が軽くなる。③カタルシス効果によってプラス思考になる。 ④考えが整理され、気付く。⑤自分で答えを出す。</p> <p>◆「話す」という行為に含まれている欲求 ①個人として認められたい。②感情を表に出したい③共感してほしい ④受けとめてもらいたい⑤批判、判断、審判されたくない⑥自分で選択、決定したい。 ⑦自分の秘密を守ってほしい</p> <p>◆ 「聞く」と「聴く」の違い ①聞く→(hear) ただ漠然と漫然と聞いている。 ②聴く→(listen) 一生懸命、注意深く耳を傾けて聴く。</p> <p>◆ 傾聴に必要な①アイコンタクト②笑顔③うなずき 傾聴は良好な人間関係、信頼関係の基本である。相手の話を一生懸命聴く、「聴きたい」という態度と心が、話し手に伝わり初めて傾聴が成り立つ。</p> <p>基本講座にじっくりと40時間をかけ、講座内容にも定評のある鈴木絹英氏に講師をお願いした。 傾聴の基本講座の第一人者だけあり、40名までの募集にもかかわらず、応募が多数あり、お断りした方も数人あり人気の程が伺えた。アンケートの意見には再受講の要望も多く寄せられた。</p> <p>9月21日(日) 第2回、3回『基礎講座』I、II (せんだんの館施設長 東北福祉大講師 中里仁) 10:00~15:00 福祉プラザ 参加者: のべ85名</p> <p>【主な講座内容】◆地域生活者の「声なき声」に対する傾聴について</p>	

助成金を使って行った事業について、ご記入ください。(続き)

①「児童自立援助ホームせんだんの家」②「グループホームで暮らす知的障がい者の方々」③1人暮らしの認知症高齢者(川平の家)④老人保健施設利用者⑤「せんだんの杜」の実践。何れも各事業所の事例をビデオモニターで学び、感じ考える。

事例が、5種にわたり、何れも同じ状態の事例では無く様々な状態を学べた。

11月2日(日)第4回、5回『基礎講座』Ⅲ、Ⅳ(元宮城学院女子大学教授 中村雅知)  
10:00~15:00 太白区中央市民センター 参加者:のべ130名

【主な講座内容】「聴くことの基本を学ぶ」~こころの融合感とコミュニケーション技法の体験学習を通して~

◆他者に援助的にかかわること。あたたかい信頼関係にみちた人間関係をつくる姿勢、態度、心構え。愛・真・待。葛藤(決められない、割り切れない心の迷い)を理解する。

◆よりよく聴くためのスキル。目:アイコンタクト。表情。励まし:話し相手似ついていく、さえぎらない。会話の導入:話の方向性を相手に任せるような質問。促し、言い換え。それから…、それで…、…なのですね。感情を聴くことに焦点をあてる。クライアントの感情を理解している事を伝える。きまり文句で、行動を表す言い方で、経験に基づく言い方で。

◆ロープレを通して、体験的に学ぶ。・実感的な自己認識(心と体で学んで身につける。)・感受性の訓練(相手の感情に気付く、そして自分はどう感じるか)・客観的に自他を見る訓練(観察者には、客観的事態が見えてくる)

●話し手→ ←●聴き手

話すことによって自分が見える

●観察者

### 【ロールプレイを学ぶ】



はじめまして!  
○○と言います。  
相手の手のぬくもりを感じながら、  
何人と握手できるかな。



2人での会話  
Aさんは自己紹介  
Bさんは聴き手  
3分間も長く感じます。



4人一組の会話。  
AさんとBさん向かい合って話すのを  
両側の2人が観察します。打ち解けてきて、  
表情が柔らかくなっているのが判ります。



じゃんけんで、話す順番を決めます。  
自分が話すのか、聴き役か予想が付かないので、緊張感もあります。



無事、5回講座10時間を受講した方には、修了証をさしあげました。頑張った証です！  
これからは  
スキルアップ講座に於いて  
「人の理解と傾聴のための、  
講義や演習（ロールプレイ）」  
を学びます。  
男性の方が  
9人ボランティアになりました。  
こころ強い味方です。

#### 【講座を終了して】

9月から11月までの計5講座。合計10時間の基礎講座を行い、のべ260名の方が受講された。初めての方が多かったが約30%の方は他の講座で学んでいた。

- ・ カウンセラー講座
- ・ 社会福祉協議会の講座
- ・ 日本産業カウンセラー協会の講座
- ・ 仙台市教育委員会の講座など。

心理学関係の大学卒業者も含まれていた。年齢は比較的60歳以上が多く見受けられた。

\* 会員数とボランティア数の伸び率

	ボランティア発足時 (平成 20 年 4 月 1 日)	ボランティア育成講座後 (平成 21 年 3 月 31 日)
会員数	10 名	43 名
倍率	0 倍	4.3 倍

- ・ 4 月 1 日に 10 名で立ち上げて、会員の声かけや、河北新報・夕刊「まちかどエッセー」に仙台傾聴の会の記事が掲載されたこともあり、問合せが多くあり、9 月まで会員が少しずつではあるが、増えていった。会員数はボランティア育成講座後、またスキルアップ講座終了後に入会する方が多く見受けられた。

・ 【傾聴ボランティア養成講座に参加して】

「傾聴」…人の心に寄り添う。話し手さんの言うことに心を傾けるとは…。自分なりにこんな感じかなーとイメージを持ちながらの受講でしたが、まさにピンポイントで的確にしっかりと教えて頂きました。

傾聴とは話し手さんが主役。相手の言うことを否定せず、丸ごと受けとめていく。お互いにあたかさを通い合わずコミュニケーション。「あなたが大切」と思う等々…。ぼんやりとしていた頭に、まさに叩きこむように先生の力強いパワフルな声が響きま

す。

ロールプレイもその役になりきることで、自分でも考えられない感情が湧いて来ました。

1 回 1 回とても有意義な講座で、活動の始めにこんなにきちんとした講座に参加できたことをとても有難く思いました。実際に活動していくことで、より身につけていくのかな、と思うのですが、活動の年数を重ねてもどこまで謙虚に「話し手さんが主役」「話を聴かせて頂く」姿勢を忘れないようにしていきたいと思いました。

…講座 5 回修了者…

- ★様々な人生経験を持った団塊の世代の人達が、この講座で学びボランティアとして活動を始めた。「これからのボランティアはこれだ！」と言い切る方もあり今後の活動が期待される。
- ★ひたすらに寄り添い心で聴く。たとえ相手が話をしなくても傍らにいてゆったりと時間を共有する。傾聴の基本を 10 時間の基礎講座で学んだ後、スキルアップ講座や各研究会で、自己研鑽を重ね 1 人でも多くのボランティアが地域で傾聴活動を行いたい。

★ボランティア講座は、ボランティアする人の為だけではない。高齢者施設で働く職員、介護ヘルパーなど日常のケアでいかせる。また学んだ事を自分の関わっている市民活動の場で生かすことも出来る。傾聴は身近なところでも役に立つ。夫の話を「また同じことを言っている」と、否定せず受容し聴くように心がければ会話もはずむ。子どもへも上からの見下ろすのではなく、子どもの目線の高さで聴けば、どんどん話がはずみ会話が広がっていく。話は心で聴くもの、相手の心に共感すること。

★ボランティア講座で気付かされるのは（自覚）、自分が、どれだけ人の話が聴けないか。と、言うこと。傾聴の基本が解らないと、ついアドバイスや意見を言うてしまう「話さない」「笑顔でうなづく」。

#### \*スキルアップ講座

1回	5月	自主講座 ロールプレイ	いのちの電話相談員	認知症への傾聴のあり方のロールプレイ。
2回	6月	講話	葉山訪問看護センター 小関 ゆみ	認知症について、介護のあり方を学ぶ。
3回	7月	フリースクール いっぽ いっぽ	スタッフ 鹿股 英生	「フリースクールいっぽ いっぽ」の活動について。
4回	8月	高齢者の笑顔が みたくて	特定非営利活動法人 あかねグループ理事 武田 美枝子	青少年の心の悩み、不登校支援、老人テレホンサービスなどボランティア活動に関わって。傾聴と受容。
5回	10月	聴くことから始 まった「あったら いいな」のサービ スづくり	特定非営利活動法人 グループ・ゆう理事 中村 祥子	地域の市民の声を聴き、現在の配食活動始まる。ピーターパンの活動の紹介
6回	12月	自主講座 ロールプレイ	いのちの電話相談員	老人保健施設、ディサービスなど施設での傾聴のあり方のロールプレイを学ぶ。
7回	1月	フリースクール いっぽ いっぽ	スタッフ 鹿股 英生	「フリースクールいっぽ いっぽ」の活動について。
8回	2月	自主講座 ロールプレイ	いのちの電話相談員	老人保健施設、ディサービスなど施設での傾聴のあり方のロールプレイを学ぶ。
9回	3月	ボランティア育 成講座	糸でんわ主催	講座受講

今回の事業によって、団体の活動や地域社会にどのような成果・効果がありましたか。

仙台傾聴の会ボランティア先

- 1、ハート五橋（老人保健施設）
- 2、まどか長町（有料老人ホーム）
- 3、エヴァグリーンなとり（デイサービス）
- 4、せんだんの館（特別養護老人ホーム）
- 5、ゆきあい（グループホーム）
- 6、白東苑（特別養護老人ホーム）
- 7、せんだんの杜
- 8、長生園
- 9、個人宅

発足後は、ボランティア先を探すべく会員数人で、施設を訪ねて歩きました。

受け入れていただいた先には、約束の通りに伺いました。数人で楽しく話したり、1人の方とじっくりと話をしたりと、傾聴の形は様々です。その結果、各施設から現在のボランティアでは足りないぐらいの要望があります。

そこに基礎講座を受けて「話は心で聴くもの、相手の心に共感すること。」を理解した会員が伺うことは、施設にも何らかの変化をもたらすでしょう。ボランティアも必要とされている、事を感じ励みになります。今回60歳以上の方が多くボランティアになり傾聴活動をしている。定年後の活動として広めてゆきたい。

今回の助成事業を行って見えてきた課題は何ですか。

また、その課題解決に向けて必要なものは何ですか。

★ 活動を支える運営資金★ボランティアのコーディネート

★ 事業の発展を行う事務局の運営★ボランティアの増員

仙台市内から43名の会員が誕生しました。相手の心に寄り添い、「きちんと聴く」ボランティアの想いを無駄にしないように、その想いを大切にする事。今年度はボランティア先までの交通費は全員自前です。何時までも本人の活動が続くよう少しでも（交通費を補助）軽減してあげたい。

ボランティアがもっと多くなると考えています。専任のコーディネーターと、スーパーバイザーが必要となります。

ボランティア先も様々にあり、活動人数、時間も多くなると、正確に記録をとっておく必要が出てきます。この統計から何処で何を求められているのか、が解ります。データ処理と会の運営の母体となりえる事務局運営に力を注ぐことが急務です。

そして、ボランティア育成講座を開催をして、多くのボランティアを育て、地域住民と交流を深めることが出来ます。

今回の事業を、今後どのように展開していきますか。

また、その際に必要なものは何ですか。

\* 次年度には要望が多いホールファミリーケア協会の鈴木絹英氏を再び講師に招きボランティア育成講座を予定している。このような傾聴の基本を、多くの市民に学んで欲しい。傾聴は良好な人間関係、信頼関係の基本なので、先ず身近な人の話を聴き、その方の心に寄り添い、存在を認める人が1人でもいることで、その人は生きる力がわいてくる。人から人へ傾聴の姿勢が伝わって欲しい。

①ボランティア育成講座 ホールファミリーケア協会 鈴木絹英氏 25時間

②スキルアップ講座

ロールプレイに力を入れながら、うつ病勉強会、グリーンケア研究会との連携による勉強会などを予定している。

会員の自己研鑽を支えるのは、専門の立場の先生の講座と、医療や福祉現場で働く人の講義が必要とされます。傾聴の会の趣旨を理解され是非とも先生方の協力をお願いしたい。また、活動を資金面から支える協力が必要でもある。

助成金の使途内訳（具体的に記入してください）

**収入の部**

項目	予算（円）	決算（円）	備考
みやぎNPO夢ファンド助成金	200,000	200,000	
講座受講、資料代	50,000	120,000	240名*@500
傾聴の会負担分	19,500		
合計	269,500	320,000	

**支出の部**

項目	予算（円）	決算（円）	備考
発足経費・事務用品費	30,000	37,933	傾聴の会チラシ、ほか
通信費	10,500	10,000	講座通信費含む
諸謝金（講師謝礼）	125,000	117,548	育成講座
広報費	25,000	25,000	せんだいケアーズ、用紙、印刷代
講座通信費	4,000	4,380	
雑費	10,000	26,816	研修経費他
講師謝礼（スキル）	55,000	32,118	スキルアップ講座
会場費	10,000	6,300	会場費
諸会費		5,000	
返金		▲54,905	
合計	269,500	320,000	

**寄付をいただいた方へのメッセージをどうぞ**  
 新しく会を発足をするにあたって、一番必要なのは運営資金です。講座を開く事ができ  
 人でも「話したい」市民に寄り添うことで社会貢献につながりました。