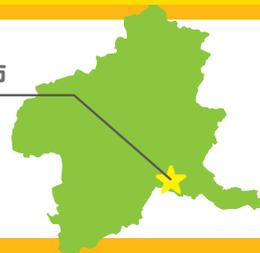


会話で高齢者の心もケアしていく

伊勢崎市傾聴ボランティア連絡会

伊勢崎市



話に耳を傾けることで、高齢者の心の負担は軽くなる

●活動内容

「傾聴」。聞き慣れない言葉だが、相手の話を聴くことは、その人の心のケアをすることである。

人付き合いが希薄になっている現代、1週間近く誰とも話さない人もいる。ストレスが溜まり、人生への希望も薄れがちになる。高齢者に寄り添って話を聴くことで、心の活性化を図り、高齢者自身やその家族の心のケアをする。現在は、月に数回、介護老人保健施設や特別養護老人ホーム、グループホームなどを訪問。

NPO法人ホールファミリーケア協会の鈴木先生を招き、(公財)群馬県長寿社会づくり財団と連携して、会員の能力向上のための講習会を実施している。今後は、もっと多くの人に活動を周知させていきたい。

●事業を始めたきっかけ

「傾聴ボランティア養成講座」を受講し、人と会話することの大切さを痛感した、元民生委員の柿沼さん。「話を聞いてほしい高齢者は、たくさんいます。その方たちのお話にしっかり耳を傾け、一人で抱えていた悩みなど、心の部分を話してもらいます。話すことで、気持ちも軽くなります。そして、自分の生きる力につながってほしい」と、代表の柿沼さんは語る。

伊勢崎市には、傾聴を行う団体がいくつかあるが、より活動を充実させるため、「お話し相手ボランティア

たんぼぼ」代表の柿沼秀夫（76）さんと「傾聴ボランティアほほえみの会」代表の河野健彦（69）さんの2つの団体が協力し、伊勢崎市傾聴ボランティア連絡会として発足する。現在、会員は30人弱。高齢者の話を真摯に聴くには、コミュニケーションの取り方や聴き方が重要であるため、定期的に講習会を開催している。



〈やりがい・楽しみ〉

はじめはなかなか意思の疎通が取れないが、会話を通して相手が笑顔になってくれた瞬間に、至福の喜びを感じられる。「また来てね」と言ってもらえることもある。

また、発足から9年が経ち「傾聴ボランティア活動」の認知度も上がってきたことは、会員のやりがいになっている。

話を聴くことで相手がリラックスでき、生きる意欲につながるのは、高齢者と近い世代の会員が真心を持って人と向き合い、日々「聴く」技術の向上を図っているからであろう。

基礎データ

☎0270-74-1507

「お話し相手ボランティアたんぼぼ」(柿沼秀夫)

☎0270-32-7122

「傾聴ボランティアほほえみの会」(河野健彦)

事業開始時期/平成21年

主な活動/介護老人保健施設・特別養護老人ホーム・グループホーム・個人宅を訪ね、話を聴く(月12回程)

人数・年齢/30名弱 60代の高齢者中心

実施主体/伊勢崎市傾聴ボランティア連絡会