

# あなたの心に寄りそう ご案内

2021年度 活動報告



特定非営利活動法人  
仙台傾聴の会



令和3年度 福祉医療機構社会福祉振興助成事業助成金で作成しています。



【NPO法人仙台傾聴の会】

## 設立主旨

年間21,000人を超える自死者の中で、何年も誰とも話しをしないで亡くなっていく人がいるという現状に大変心を痛めております。その中の一人でも、誰かと話すことによって死を留まることができるのではないかと思います。

人は、語ることによって、心が軽くなる、心が浄化されるといいます。また、誰か他の人に話しを聴いてもらうことによって、悩みの半分は、解決されるも同然ともいわれます。それほど、誰か、話す相手がいるということは、大事なことです。相手の嘆きや、悩みを「キチンと聴く」ことによって、相手の心の不安を軽減し、かつ、その人なりの判断や納得を促すという意味で社会的にも、とても重要なことだと思っております。場合によっては言葉を介してのコミュニケーションだけでなく、とにかく、その人と共にいること自体が、その方の心の安らぎや、支援になることもあります。私どもは、こうしたケースも含めて傾聴活動であると考えています。

現在、様々な理由から「話したくても、話せない(話す機会がない)」人々が増えています。特に、急速に進展する、高齢化社会の中で、話す機会のない高齢者が増えており、高齢者の心のケア問題がクローズアップされています。

こうした社会情勢の中、仙台傾聴の会は、地域社会との連携をはかり、地域住民の方々の心に寄り添い、悩みや不安に耳を傾け、住民の方々が心の安らぎを得て、安心した生活を送れるように、自己研鑽を重ね、傾聴活動を行い、社会福祉の増進に寄与することを目的に設立いたしました。





# 新しい形の 社会貢献活動

話を聴いてもらいたいだけなのに、批判されたり、意見を押し付けられたり。その上いつのまにか、聴き役にまわっていたり……

一生懸命、お世話してくれるのはわかっているけれど、もう少し、こうしてくれれば……なんて、言いたくても言えない心の奥の本音。面と向かって言えない独り言を、ただ黙って聴いてくれる人がいたら、もう少し心が楽になるのかな、なんて、そんな思いをしたことはありませんか。

## 傾聴とは

相手の話をありのままに受けとめて「聴く」こと、相手の話を否定せず、自分の意見を押し付けたり、自分の価値観で判断せずに、相手の方を尊重し、言葉の奥にある悩みや、不安、寂しさなど、相手の方の心に寄り添い、お話しをお聴きします。

## 傾聴ボランティアとは

「誰かのお役に立ちたい、と願う人達が、カウンセリングの基本である傾聴について学び、学んだその技能(スキル)を活かしながら、悩みや、寂しさを抱える人達のお話し相手や、相談相手をする」ことが、傾聴活動であり、それを行う人達を傾聴ボランティアといいます。お話しをされる方は、もちろんのこと、ボランティア自身にも大きな喜びと学びの場となります。

たくさん話をしてもらうことは、相手の方に喜ばれるだけでなく、その方の気持ちの整理にもなり、場合によっては、その方なりの自立的な判断や、納得に至ることのお手伝いをするようになります。

相手の方を受けとめて、お話しを聴くことは相手の存在を認めることになり(存在認知)、そのことは、相手の生きがいにも繋がります。ボランティア自身も、他者のために役に立っているという有用感と、社会貢献の充足感を感じとることのできる、貴重なボランティア活動であり、重要な相互扶助活動となります。あるいは、認知症を持つ高齢者や、各種の障害を持つ人々、また様々な立場や事情のある方々との、コミュニケーションを図る上でも有効な技能です。

## 講座で学ぶ 傾聴の基本的な技能

冒頭にあるように、「聴くだけ」は簡単なようで意外と難しいもの。でも、キチンと基本を学んでおけば、誰にでもできることです。傾聴に必要なのは3つの大切なこと(アイコンタクト・笑顔・うなずき)、基本的な心構えは、聴き上手は話さない、気持ちを感じとるように聴く、反論したり、批判したり、否定しない、アドバイスは、できるだけ控えるなど、こういったところを講座で学習していき、主にロールプレイ(役割演技)実習を通して研修します。

このことは、相手の立場に立つ、尊重するということですので、講座や定例会では、人に対する温かい心遣いや、姿勢、あるいは情緒的一体感の共有の大切さについて、学ぶことにもなります。



## 活動の紹介

- ◆ 定例会 <各支部で毎月開催>  
仙台北支部・仙台中支部  
仙台南支部・名取支部・岩沼支部

### 主な内容

- 研修・講座
- グループワーク
- 活動報告
- 情報交換等

- ◆ 傾聴ボランティアの育成・派遣
- ◆ 各種講座開催
- ◆ 出前講座(講師派遣)
- ◆ 会報発行

### 電話による傾聴

- ◆ 毎週火・木・土曜日 10:00~16:00  
専用ダイヤル **080-3199-4481**
- ◆ 毎週月・水・金曜日 10:00~16:00  
専用ダイヤル **070-2025-8947**

### ふれあい電話サービス

電話登録制

お問い合わせ **070-2025-8200**

### 傾聴サロン

要予約・無料

- ◆ 人にはわかってもらえないモヤモヤした気持ちを、当会のカウンセラーが対応します。  
1人1時間程度、個別対応しています。

(守秘義務遵守)

- |                       |        |
|-----------------------|--------|
| ① 仙台市福祉プラザ            | 第1 土曜日 |
| ② 名取市市民活動支援センター       | 第3 日曜日 |
| ③ 岩沼市総合福祉センター i あいプラザ | 第3 水曜日 |
| ④ 塩釜市公民館本町分室          | 第4 日曜日 |

※いずれも開催時間は 10:00~15:00

### 傾聴ボランティア活動の場所

- |                                |                         |
|--------------------------------|-------------------------|
| ◆ 高齢者福祉施設                      | ◆ 個人宅                   |
| ◆ 「傾聴サロン」(個別対面相談)              | ◆ 子育て支援の場               |
| ◆ 認知症カフェ                       | ◆ 病院など(依頼により)           |
| ◆ 災害時、被災者支援<br>(復興住宅集会所での茶話会等) | ◆ その他、ご依頼に応じて<br>対応致します |



あなたも傾聴活動を始めてみませんか

## 会員の種類



正会員会費 3,000 円/年

(ボランティア保険を含む)

ボランティア活動をする方は  
養成講座を修了した方となります。



賛助会員

資金面での支援をしてくださる会員

会費 個人一口 3,000 円~/年

団体一口 5,000 円~/年

(何口でも可)

※いずれの会員も毎年更新をお願いします。

### 振込先

#### ゆうちょ銀行

口座記号番号

**02220-8-134520**

仙台傾聴の会

※希望される会員の種類を明記してください。  
(入会・養成講座は、明記の上こちらをお願いします)

### 振込先

#### 七十七銀行 杜せきのした支店

口座番号 普通 **5077753**

NPO法人 仙台傾聴の会



# 傾聴ボランティア活動の場所

仙台傾聴の会では、平成 23 年 3 月 11 日 未曾有の大震災に見舞われた宮城県において、宮城県医師会からの要請を受け、いち早く岩沼市・名取市・仙台市の各避難所で傾聴活動を実施し、被災された人々の心に寄り添う活動を続け、信頼関係を築いてきました。

その後、復興住宅へと移り、県や市町村等の行政と連携し確かな広がりを見せています。今後も心の復興の為に、心に寄り添う活動を継続していきます。



## 当会の被災者支援

(令和4年3月現在)



### 1 傾聴カフェ

- ◆ 美田園北集会所 (名取市) ◆ 田子西
- ◆ 高柳集会所 (名取市) ◆ 第二復興公営住宅 (仙台市宮城野区)
- ◆ 高柳東公営住宅談話室 (名取市) ◆ 荒井東市営住宅 (仙台市若林区)
- ◆ 増田公民館 (名取市) ◆ 霊屋下第二市営住宅 (仙台市青葉区)
- ◆ あすと長町市営住宅 (仙台市太白区) ◆ 岩沼西コミュニティセンター (岩沼市)
- ◆ あすと長町第二市営住宅 (仙台市太白区) ◆ 玉浦コミュニティセンター (岩沼市)
- ◆ あすと長町第三市営住宅 (仙台市太白区) ◆ 亘理町上浜街道集会所 (亘理町)
- ◆ 南相馬市南町団地集会所 (不定期) (福島県)

### 2 共催で開催の傾聴お茶会

- ◆ 東北福祉大駅前ステーションカフェ
- ◆ 四郎丸茶話会 (四郎丸地域包括支援センター)
- ◆ カフェ袋原 (袋原地域包括支援センター)
- ◆ 輪!かばやし子育て応援団 (子育て支援)
- ◆ 高次脳機能障害サロン (岩沼iプラザ)
- ◆ 介護者のためのサロン (岩沼iプラザ)
- ◆ 七ヶ浜社会福祉協議会

### 3 傾聴茶話会 (どなたでも参加できます)

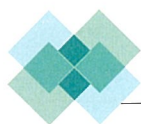
- ◆ 仙台市市民活動サポートセンター (毎月第2土曜日午後)
- ◆ 名取市増田公民館 (毎月第2木曜日10:30~11:30)

### 4 個人宅への訪問傾聴

- ◆ 各包括支援センターからの依頼による



# 当会のアドバイザー



東北福祉大学大学院教授 渡部 純夫 氏

東北福祉大学大学院総合福祉学部 福祉心理学科教授、臨床心理士、日本産業カウンセラー協会、日本心理臨床学会、日本心理学会、日本箱庭療法学会、日本人間性心理学会、日本臨床動作学会、日本感性福祉学会、東北児童青年精神医学会、東北心理学会、福島県臨床心理学会、日本学校心理学会、日本福祉心理学会（理事）他



尚絅学院大学教授 水田 恵三 氏

東北大大学院文学研究科博士課程前期修了。尚絅女学院短大教授を経て、03年から現職。14～17年度に副学長。18年4月から大学院総合人間科学研究科長。専門は社会心理学。広島県出身。



元みやぎ教育相談員 鹿股 英生 氏

東北大学農学部卒業、元県立高校教師、各種カウンセリング研修、不登校対策フリースクール「いっぽいっぽ」、電話相談員 などに関わる



泉こころのクリニック 高橋 玄 氏

秋田大学医学部卒業、東北大学病院精神科医、石巻こだまホスピタル主任医長として勤務。平成25年3月心療内科、内科、精神科「泉こころのクリニック」開設。精神保健指定医、日本精神神経学会精神科専門医、認知症サポート医



臨床心理士 平泉 拓 氏

宮城大学准助教。臨床心理士、博士(教育学)。東北大学大学院教育学研究科修了、仙台市スクールカウンセラー、独立行政法人日本学術振興会特別研究委員、宮城大学学生相談室カウンセラーを経て、現職。その他、地域包括ケア推進協議会専門委員、多賀城市・栗原市いじめ問題専門委員、弁護士と心理士の連携による自死対策 PTメンバー、公立学校共済組合カウンセラー、介護労働安定センターヘルスカウンセラー、NPO法人つながりデザインセンター・あすと長町代表理事等。家族の心理支援(家族療法)を専門とする。





# 当会の活動内容報告

令和3年4月～  
令和4年2月まで

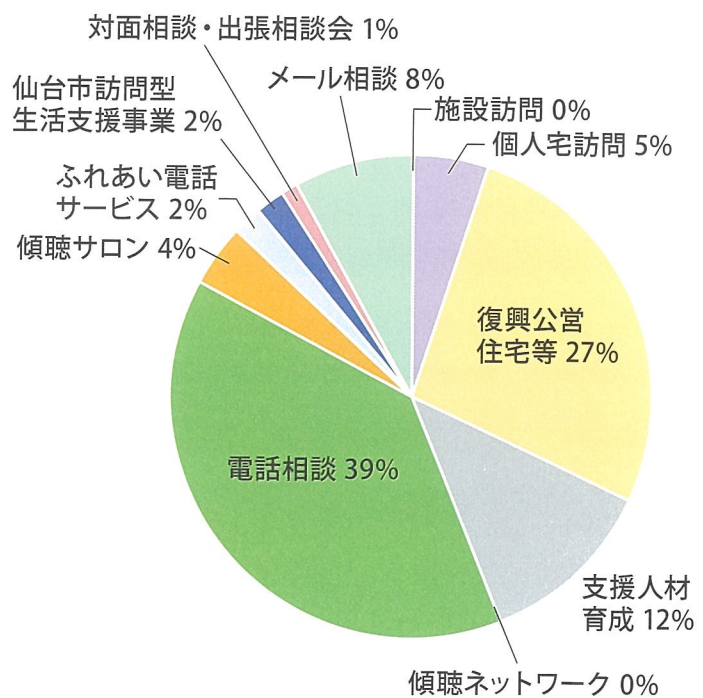
- ◆震災から10年 アンケート調査を実施 A4版800部発行
- ◆復興住宅集会所等での各「傾聴カフェ」開催:県内18か所  
延べ624名の参加者 (箱庭カフェ、革ブローチ作成、折り紙講座等開催)
- ◆個人宅訪問事業 延べ42名を訪問
- ◆人材育成としての各種講座開催
  - ・「傾聴ボランティア養成講座」「基本講座」:県内9か所延べ252名の参加者
  - ・「入門講座」:名取市で11回開催39名参加。
  - ・「傾聴ネットワーク交流研修会」:県内2か所、参加者33名
  - ・支援者のスキルアップ講座全25回実施、延べ317名の参加者
- ◆公開講座
  - ・「引きこもりからの回復には何が必要か」参加者74名  
講師:社会福祉法人わたげの会 理事長 秋田敦子氏
  - ・「子供相談支援の現状と不登校について」参加者57名  
講師:仙台市子供相談支援センター 所長 大友重明氏
- ◆電話相談事業(月～土曜日まで10:00～16:00)2379件の電話  
・火・木・土曜日の実施から回線を増設して月・水・金曜日も実施。
- ◆傾聴サロン(対面相談)事業  
・仙台市、名取市、岩沼市、塩釜市、で実施、82名の相談者
- ◆会報「傾聴だより」(7月、11月、3月)各1500部発行



事業を通じた成果	平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度	累 計
個別相談実施件数	99件	77件	98件	78件	98件	82件	889件
電話相談実施件数	620件	779件	998件	1,209件	1,547件	2,351件	8,736件
ボランティア養成講座	252人	486人	400人	348人	213人	223人	2,794人 育成
茶話会ボランティア人数	1,144人	1,230人	1,056人	1,034人	354人	399人	9,237人
個人宅訪問ボランティア人数	403人	358人	296人	329人	101人	74人	2,627人
施設訪問ボランティア人数	2,036人	2,065人	2,186人	1,971人	0人	0人	17,127人
傾聴活動支援者	4,062人	4,187人	4,013人	3,974人	1,039人	1,472人	延べ 42,384人

## 令和3年4月～令和4年2月 支援事業活動従事者数

	活動従事者	受益者
施設訪問	0人	0人
個人宅訪問	74人	42人
復興公営住宅等	399人	756人
支援人材育成	170人	889人
傾聴ネットワーク	6人	33人
電話相談	432人	2,219人
傾聴サロン	64人	82人
ふれあい電話サービス	28人	28人
仙台市訪問型生活支援事業	21人	10人
みやぎの女性 つながり サポート型 支援事業		
対面相談・出張相談会	15人	29人
電話相談	143人	132人
メール相談	120人	28人
イエローシート	0人	0人
計	1,472人	4,248人







## 人材育成

当会の活動の中でも大きな柱になっている「人材育成」、当会が主催し仙台市内で年間 2 回、傾聴ボランティア養成講座を実施、各市町村からご依頼を受けての出前講座も実施しています。

傾聴ボランティア養成講座を修了された方の中から、当会に会員登録をされた方が、新人フォローアップ研修や各講座でのスキルアップを図り、現在各施設、個人宅・カフェ等での傾聴活動に先輩と共に参加いただいております、新人の方の戦力に大いに期待をしています。

傾聴ボランティアの人材育成、ゲートキーパーとしての人材育成を評価頂き、継続して開催の要請をいただく市町村もあります。当会の活動が認知され、期待されている証と大変有難く感謝しております。広報活動にも大きく寄与しています。



21/6/13 仙台市養成講座



21/7/2~16 多賀城市養成講座

## 公開講座

当会のアドバイザーの先生をお願いを致しまして、年2回、公開講座を開催しています。毎回、会場には一般の方も含め大勢の参加者が集い、熱心に講座を受講されます。是非、多くの方に来ていただきたいと考えています。

公開講座に参加された一般の方から正会員登録もされる方もありますし、賛助会員としてご支援を賜る、ありがたい機会でもあります。



2022/1/15 子供相談支援センター  
所長 大友 重明氏



2021/5/30 社会福祉法人 わたげの会  
理事長 秋田 敦子氏





## スキルアップ講座 (会員研修)

当会では、ボランティア養成講座を修了され、入会いただいた新人の方へのフォローアップ研修や、会員のスキルアップを図るための研修会を外部講師に依頼または当会の研修部が中心になって、定期的を開催しています。



2021/6/26 会員研修



2021/7/4 電話相談員養成講座



2021/10/4 電話相談員研修 (基礎編)

## 支部定例会

仙台北・中・南支部、名取支部（毎月第1火曜日）  
岩沼支部（毎月第1月曜日）に開催



仙台南支部



仙台中支部





## 傾聴サロン

誰かとゆっくり話がしたい、悩みを聞いてほしい、自分のことをわかって欲しい等、あなたの不安や悩み、誰にも言えない心の内を話しに来ませんか。

誰かに話す（放す）ことで、心の重荷が軽くなり、気持ちの整理もできると言われています。

当会のカウンセラーが対応します。個別で対応しますので、被災された方、一般の方、どなたでもお気軽にご参加ください。（守秘義務遵守…プライバシーは守ります）被災された方、一般の方もどうぞお越しください。お待ちしております。

日時：毎月第1土曜日 10：00～15：00

場所：仙台市福祉プラザ

日時：毎月第3日曜日 10：00～15：00

場所：名取市市民活動支援センター

日時：毎月第3水曜日 10：00～15：00

場所：岩沼市総合福祉センター i あいプラザ

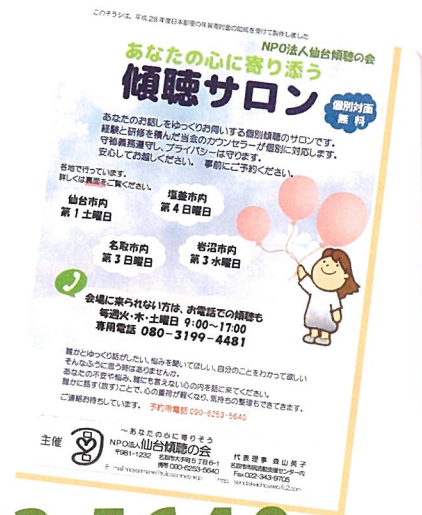
日時：毎月第4日曜日 10：00～15：00

場所：塩釜市公民館本町分室

事前にお電話でご予約下さい。費用は無料です。

問い合わせ先

**090-6253-5640**



## メール相談

メールでの相談も対応しています。ホームページよりお気軽に御相談下さい。

<http://sendai-keicho.sakura.ne.jp/wp/>

## 電話相談

あまり人と会ってお話ができない…聴いてくれる人がいれば話せるかも…  
当会では、電話相談も実施しています。是非お電話で話してみませんか。



毎週 火・木・土曜日 10：00～17：00

専用電話 **080-3199-4481** (守秘義務遵守…プライバシーは守ります)

毎週 月・水・金曜日 10：00～16：00

専用電話 **070-2025-8947** (守秘義務遵守…プライバシーは守ります)





# ふれあい電話サービス

電話登録をして頂いた方へ、安否確認をかねてこちらからお電話させていただきます。

月 1 ~ 2 回程度となります。賛助会員への登録をお願い致します。

問い合わせ先 **070-2025-8200**



# 独居・個人宅訪問傾聴活動

傾聴ボランティアが、ご自宅を訪問、あなたのお話を聴かせていただきます。

人は相手に話すことで、心が軽くなったり心が浄化されたりすると言われています。

現在、月 1 ~ 2 回の訪問となっております。賛助会員への登録お願い致します。

ご希望の方は、お電話ください。訪問の予定等、打合せをさせていただきます。(守秘義務遵守…プライバシーは守ります)

問い合わせ先 **090-6253-5640**



# 傾聴茶話会

いままであまり他に言えなくて…聴いてくれる人がいれば話せるかも…そんな話、こんな話、お茶を飲みながら ゆっくり話してみませんか。

日時：毎月第 2 土曜日 13:30 ~ 15:00

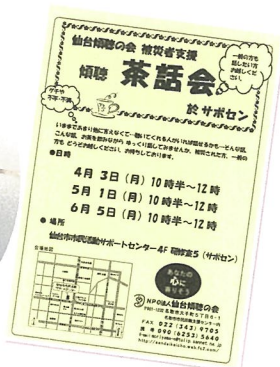
場所：仙台市市民活動サポートセンター(サポセン)4階第5研修室



一般の方も どうぞお越しください。お待ちしております。

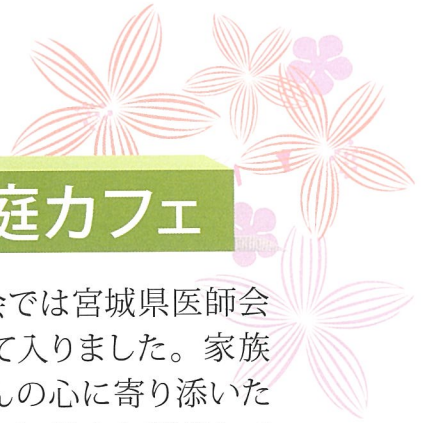
費用は無料です。ご予約も必要ありませんのでお気軽にお立ち寄りください。

(守秘義務遵守…プライバシーは守ります)



サポセン茶話会





## 傾聴カフェ・傾聴音楽カフェ・箱庭カフェ

平成23年3月11日に発生した未曾有の東日本大震災、当会では宮城県医師会の要請を受け、いち早く避難所に会員が傾聴ボランティアとして入りました。家族や会員自身が被災された会員もありましたが、出来るだけ皆さんの心に寄り添いたいと自分達に出来る傾聴活動を開始、現在も継続して定期的にお茶会を開催しています。毎回お茶会にお顔出し頂く方も増え、中には涙を流してお話しくださる方もいらっしゃいました。

今後は、行政や各方面のご指導を賜りながら、復興住宅やカフェの中での心のケア、傾聴活動を継続してまいりたいと考えています。



12/20 あすと長町 第2市営住宅 革ブローチ作成



たけくまカフェ



11/25 革ブローチ作成 荒井東



11/25 革ブローチ作成 荒井東



亘理カフェ 革ブローチ作成



箱庭カフェサポセン





# 仙台傾聴の会 パネル展示会開催

## 東日本大震災から10年の歩みを展示

8月31日（火）～9月5日（日）の6日間、東北電力ビルグリーンプラザに於いて、傾聴の普及、啓発を図る為、震災から10年の活動記録とパネル展を開催しました。コロナ禍で緊急事態宣言中でしたが、感染防止対策も万全に受付で手の消毒やソーシャルディスタンスにも注意をはらい、開催することができました。

宮城県内の傾聴ボランティア団体（塩釜市、山元町、富谷市、利府町、多賀城市）の各「傾聴の会」もパネル展示で参加されました。受付の脇にはビデオで10年の歩みが映像で流され、初めて会の歴史を知ったと言う方もおりました。また、参加者と会員の懐かしい顔も沢山見ることが出来ました。

パネル24枚展示のほかに、会員手作りの革ブローチ、折り紙（紙バック、フクロウ）絵手紙なども飾られた「傾聴の広場」があり、心の癒される空間になっていました。

2021年・令和3年9月5日 河北新報

仙台「傾聴の会」パネル展

被災者と歩んだ10年紹介

東日本大震災の被災者の声に耳を傾け、心のケアに当たっているNPO法人「仙台傾聴の会」が、仙台市青葉区の東北電力グリーンプラザで、10年の歩みを伝えるパネル展を開いている。5日午後4時まで。

展示しているパネルは24枚。仙台、多賀城市の避難所で被災者に寄り添って話を聞く会員や仮設住宅で重ねてきた茶話会の様子、熊本地震の被災地支援活動などを紹介している。

傾聴の会は2008年、施設や一人暮らしのお年寄りを訪ね、孤立感の解消などを図る活動を開始。震災後は傾聴のスキルを生かして被災者の支援に力を注いできた。震災前約50人だった会員は現在、205人になっている。

近年は復興住宅で開く「傾聴カフェ」が活動の中心。リラックスして音楽を聴いたり、歌ったりするプログラムが好評だったが、新型コロナウイルス禍の影響で、手芸などに内容を変えながら継続。会場の一角には、革ブローチなどの作品も飾られている。

森山英子代表は『心の復興』は置き去りにされている部分も多い。多くの人に会の活動について知ってほしいと話す。

仙台「傾聴の会」パネル展

被災者と歩んだ10年紹介

傾聴の会は2008年、施設や一人暮らしのお年寄りを訪ね、孤立感の解消などを図る活動を開始。震災後は傾聴のスキルを生かして被災者の支援に力を注いできた。震災前約50人だった会員は現在、205人になっている。

近年は復興住宅で開く「傾聴カフェ」が活動の中心。リラックスして音楽を聴いたり、歌ったりするプログラムが好評だったが、新型コロナウイルス禍の影響で、手芸などに内容を変えながら継続。会場の一角には、革ブローチなどの作品も飾られている。

森山英子代表は『心の復興』は置き去りにされている部分も多い。多くの人に会の活動について知ってほしいと話す。



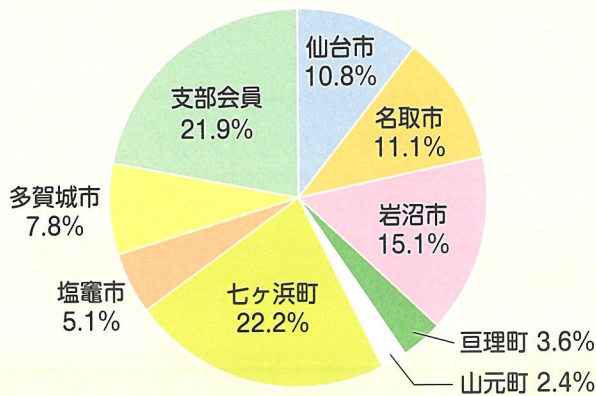


# NPO法人仙台傾聴の会 復興公営住宅等「傾聴カフェ」・「茶話会」アンケート

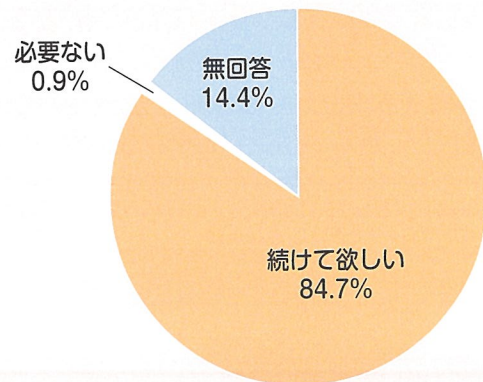
東日本大震災から10年が過ぎました。当会では、復興公営住宅(現・市営住宅)集会所等での「傾聴カフェ」「茶話会」を現在も継続しています。コロナ禍で「傾聴カフェ」も休止が続き、9月～11月に協力頂ける利用者の皆様、及び在籍会員にも一般市民として当時を振り返り、現状を認識、協力頂きたい旨説明し、2018年に次いで、2回目のアンケートを実施しました。仙台市、名取市、岩沼市、亶理町、山元町他、七ヶ浜町社会福祉協議会、塩竈市、多賀城市の傾聴ボランティア団体各位にもご協力を賜りアンケートを実施しました。配布枚数690部、回収枚数333部、回収率は48.3%でした。

アンケート25問の集計結果は、「1、傾聴カフェに参加しての思い」「2、震災から10年の変化について」「3、コロナ禍の影響について」「4、これからの生活で大切にしたいこと」の4つに大別しています。

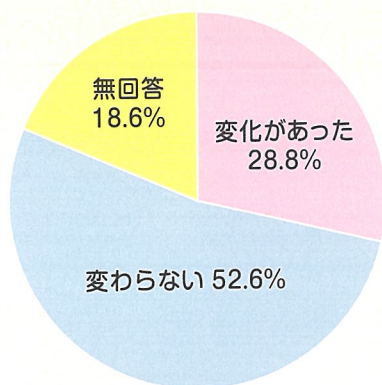
## アンケート配布690部回収333部(回収率48.3%)



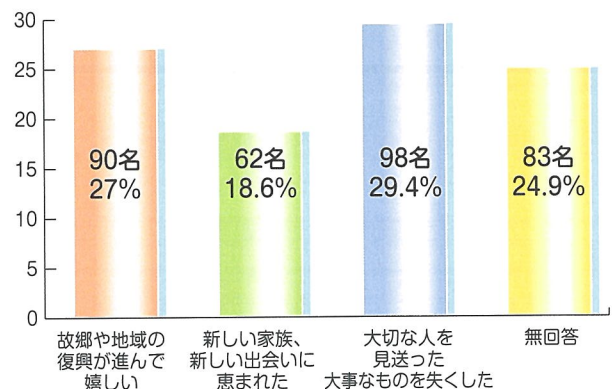
## 「傾聴カフェ」はこれからも続けて欲しいですか？



## コロナ禍での、近隣の方々との関係について以前と変化は感じますか？



## 震災後の10年で印象に残っていること、一番の思い出となった出来事がありますか？



## どのような場面で変化を感じられますか？

新しい友達が出来た	18.1%	昔の地域の人との交流が無くなった	12.7%
色々イベントがあって楽しい	19.0%	茶飲み友達がいない	5.4%
生活の環境がよくなった	9.6%	夜中に目を覚ますことが増えた	4.2%
買い物等外出することが増えた	6.9%	孤立感や不安を感じる	5.6%
好きな趣味や読書の時間が増えた	6.2%	物事に興味が薄れ意欲が低下した	2.5%
		無回答	9.8%

延べ回答者数 520名



東北 支援員も苦慮 連鎖 負のコロナ

# 「心の相談」手探り

心の悩みに応える東北支援ボランティアが、新型コロナウイルス禍で思うように活動できずにいる。対面の場が難しくし、「オンライン」などの代替手段がとれない場合もある。支援団体は「相談機会が減り、孤独を感じる人が増えていくのは懸念する」。

**宮城県内を中心に活動する「東北自死・自願相談センター」**は昨年3月以降、対面での相談会やボランティア養成講座などの開催をほぼ中止した。スタッフに限らず、医療従事者も、勤務先などから異境をまたぐ移動や、複数人が集まる場への参加自粛を求められているためだ。

代表の僧侶高橋悦盛さんは「(1)は「有急から無急で待つ」の姿勢が大切。ボランティア活動は「助け合い」が本来の目的。大防止を理由に利用しにくくなり、活動資金に限りがある。場所確保も人探りも難しい」と表情を曇らせる。

対面相談会の減少を背景に電話相談は増えている。東日本大震災の被災者の悩みに応える「サポート団体」や「サポートセンター」も同じ悩みを抱える。相談者の多くは

## 対面NG、講座参加自粛

## 地域挙げ悩み対応を



イラスト・本郷由紀子

47年、19年度まで308件。地域や周囲の人々が悩みを抱え上回った。代表の森山美奈さんは「当会の電話相談が活動しているを知って、初めて利用する人が増えた。活動自粛中の他団体から紹介された」と語り利用もしたと明かす。

役割依頼も有効。東北化学園大学の野崎博樹教授(社会福祉学)は「相談対応は、手立てとして、一部が解消される方向に働きやすい」と語る。

▲ 2021年(令和3年)5月31日 河北新報 掲載

# 共に歩もう

東日本大震災11年



大野 泰代さん(68)  
 仙台市青葉区上杉  
 5丁目・主婦

東日本大震災の津波で石巻市の自宅が流失し、9年前、夫の実家のある仙台市に移り住みました。

石巻の避難所から登米市のみなし仮設住宅のパートに移って間もない頃、家族全員を津波で失い1人だけ助かった。

## 傾聴活動 孤立防ぐ

たという男性が、石巻の仮設団地で孤独死していたと報道で知りました。その時の衝撃が今も忘れられません。

「誰か話を聞いてくれる人がいたら、男性の状況は違ったのではないかと。そう強く感じたことが、現在続けている傾聴ボランティア活動を学ばざるを得なくなりました。

「あの震災を決して忘れない」。その思いが活動の原動力になっています。

▲ 2022年(令和4年)3月6日 河北新報 掲載

# 「音楽鑑賞とバザー 会員癒しのひととき」

令和3年12月1日(水) 於: 仙台福祉プラザ2F ふれあいホール

今年度の全体会はコロナ禍の為、いつもの会議を変更し会員の皆さんへのねぎらいを込めて、音楽鑑賞会になりました。(参加者76名、バザー提供者40名)



▲ ゆかいなゲグゲロコンサート



▲ 音楽に癒される会員の皆さん



あなたも傾聴ボランティアを始めてみませんか？

あなたの心に  
寄りそう

## 心を癒やし、人と人との絆をつなぐ 話すこと 聴くということ

震災から約10年。まだまだ誰もが心に不安を抱え、むしろ今のほうがストレスを感じているという人も少なくないはず。そんな時に誰かに話を  
して、気持ちを受け止めてもらえたという経験により、心が軽くなることも  
あります。また、聴く側の人自身のものの見方や考え方が変わるという  
ことも…。そんな聴き方「傾聴」を、考えてみませんか。

### 「傾聴」の ポイント

- 相手の立場に立ち、相手を尊重する
- 必要なのは、アイコンタクト、笑顔、うなずき、
- 相手の話を否定せずに、ありのままに受け止める
- 相手の話を途中で遮らずに、とにかく聴く
- アドバイスは、できるだけ控える
- 「同情」「同感」ではなく、心に寄り添って「共感」
- 「この人のために何とかしてあげたい」と力みすぎない

## 特定非営利活動法人 仙台傾聴の会

〒981-1232 名取市大手町5丁目6-1 名取市市民活動支援センター内

Tel・Fax 022-343-9705 携帯 090-6253-5640

代表理事 森 山 英 子

E-mail moriyama-e@r.tulip.sannet.ne.jp <http://sendai-keicho.sakura.ne.jp/wp/>