

あなたの心に寄り添う 仙台傾聴の会



傾聴だより

企画・発行

NPO法人仙台傾聴の会

代表 森山 英子

携帯 090-6253-5640



震災から10年記念誌 発行

被災者からの「聴き書き」掲載

東日本大震災から10年になり、特に被災者の方々の、今だからやっと思わせるとの声も聞かれることから「聴き書き」という形で編集することにしました。10年の月日は、当仙台傾聴の会の会員が被災者の方々に寄り添い、各避難所、各仮設住宅集会所、そして、各復興住宅集会所、と場所をかえて、お話をお聴きしてきた日々でもあります。

年月が経つうち、辛い、悲しいなどのお話を聴くことよりお茶を飲みながらの世間話などで楽しく過ごした時間もありました。ただ、それが被災者の方たちの心の内ではありません。震災のあの日を引きずって、それでも笑顔で参加していました。「聴き書き」に賛同して頂いた住民の方は決して多くはありませんが、それでもテレビの映像やメディアを媒体にした被災地の情報でしか知らなかった私たちには、本当の津波の恐ろしさ、その後に来る絶望的な悲しみと明日の見えない日々を抱えた現実など、知ることなかったあの日がありました。

そして今は、被災されたどの方も口にするのは「あの時は皆さんに助けられた、本当に有り難かった。ありがとうございます」「感謝の気持ちしかありません」「前向きに生きていくのが恩返しだと一生懸命頑張っています。」そんな感謝の言葉を沢山お聞きしました。

確かに全国からの援助、ボランティアの方々、自衛隊の人達には力をもらったなどと、皆さんはその頃のことを思い出しながら涙ぐみます。

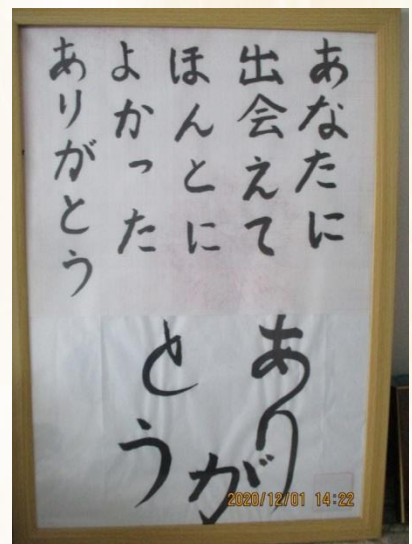
そのような皆様方からは、お礼の為にも、この「聴き書き」に協力しますと言われ、大変有難く思っております。

「聴き書き」編集委員は各支部から計10名参加し、昨年9月からこの記念誌発行の為、何度か会議を開き「聴き書き」を積み重ね原稿を纏めてまいりました。

10年になるこの時に、あの3・11を今一度振り返り、この記念誌を手にとって頂けることを願っています。



3月発行 記念誌



名取市美田園在住

高橋香代子さんの書

「下手ですが当時の気持ちを伝えたかった」。

丸森養成講座 開催

(令和3年1月16日付 河北新報掲載)

1月15日(金)23名、22日(金)22名参加 於:丸森町館矢間まちづくりセンター
(1日4時間、3日間コースの養成講座を6時間で終了)

2019年台風19号で被災された方々への支援活動はまず、傾聴ボランティア養成講座を受講してから、活動参加への目的で実施されました。70代、80代の方も多数参加され、その熱意には感銘を受けたほどです。(報告:研修部 橋爪千穂)



電話相談養成講座 開催

令和2年11月22日、29日 於:仙台福祉プラザ
講師:北条久也氏



(36年間、宮城県内の小学校、特別支援学校に勤務され、電話相談、教育相談に長年関わる北条久也先生と参加会員。)

新型コロナが世界的に蔓延し、当会の活動も昨年からは休止の状態です。その為に電話相談枠が増設となり、その重要性が求められることとなりました。

電話相談に関わる話の聴き方、対面ではない話の聴き方、ワークショップやロールプレイングも含め、丁寧で充実した実りある研修となりました。

傾聴は基本であり、お一人、お一人の人生に耳を傾け、聴く力、心の広さと柔軟性を磨いていく事が大切である。

「真の発見の旅は、100の地球を見る事ではなく、100の異なった眼でこの地球を見ることだ。」

自ら成長に向けて、その成長を相手の方に寄与するような心掛けを持ちながら活動を続けていけたらと思います。

報告:仙台中支部 武田智子

高齢者施設への寄せ書き (名取支部)

★ 1/20 (水) 増田公民館で「寄せ書き」作成
傾聴の会ではこのコロナ禍で1年間もの活動制限があるとは思いませんでした。

特に高齢者施設では、いつお会いできるのか見当もつきません。傾聴の会が忘れられないよう、「寄せ書き」の提案が会員からありました。施設に電話をし、了解を頂き名取支部参加会員14名は2班に分かれて、寄せ書きを作成し訪問先の「バイタルケア」「介護老人施設なとり」の2施設にお渡ししました。

再開できる日までの繋がりを持っていたいと誰もが感じていたことです。

★ 11/11 (水) 名取市美田園北集会所ランチ会
来訪者11名、会員7名
混ぜご飯を作り、漬物を添えてお弁当にし、お持ち帰りのランチ会でした。小さな丸型カップにフルーツポンチも付けました。



バイタルケアさんへの寄せ書き



混ぜご飯のお弁当作り

伝える
復興に向けて

相手の話を傾け、ありのままに受け止める傾聴ボランティアをしています。人は話すことで心が軽くなり、気持ちも整理できます。東日本大震災の発生から間もない2011年3月下旬から避難所を訪ねました。その後は仮設住宅、災害公営住宅(復興住宅)と場所を移して活動してきました。

NPO法人を設立したのは震災前の08年4月です。子育てが一段落した後、東北福祉大学で心理学を学びました。当時は「傾聴」がまだ知られていませんでした。そこで学んだことを生かそうと、高齢者施設などに通って話を聞いてきました。

傾聴ボランティアの育成にも力を入れていきたい」と話す森山さん

NPO法人「仙台傾聴の会」
代表理事
森山 英子さん 72 (名取市)

話受け止め 心を軽く

「傾聴ボランティアの育成にも力を入れていきたい」と話す森山さん

「傾聴ボランティアの育成にも力を入れていきたい」と話す森山さん

「傾聴ボランティアの育成にも力を入れていきたい」と話す森山さん

読売新聞から取材を受け、令和3年2月9日読売新聞朝刊に掲載されました。

令和3年2月10日河北新報朝刊「持論時論」に掲載されました。

2021年(令和3年)2月10日(水曜日)

持論時論

NPO法人仙台傾聴の会 代表理事 森山 英子 (72歳・名取市)

傾聴通じ被災者ケア 心の復興 今後が正念場

阪神大震災から20年経った昨年、ある精神科医を取り付けた実話を書いたテレビドキュメンタリー番組が放送された。被災者へのケアについて、誰にも届かないと感じてきた。震災後、自らも被災したこの男性医師は、被災者の精神的な痛みを和らげようと救済施設や避難所を回り、医療活動を続けました。

5年後、39歳の医師はがんを患い、いよいよ末期に達した。妻も近くを去る。医師は「心のケアって何か、分かった。誰も知りほらうにさせよう」と言い出した。この言葉が、傾聴活動はまさに「被災者を癒す」ことだ、と受け止めた。

震災から10年、区切りはありますが、「心の復興」に区切りはありません。昨年2月、本紙朝刊「声の交差点」に「震災10年、ふみがえる時」という特集が掲載されました。10年を経過した今、鮮明にあの津波を思い出すようになったとあります。当惑へのある相談者も「これまで震災の事は話さないで生きてきたけれど、9年目を迎えるから話してしまおうと思った」と話しました。

話せるようになってから、心の復興が始まるのではないか、と今も思っています。一方で、今も思い出せない話、心に残る話、これからの正念場ではないでしょうか。

傾聴を通じて、即ち被災者への心のケアの難しさ、大切な周囲に伝えていかなくてはなりません。そのため、一人でも多くの方に傾聴の活動を知ってほしいと思っています。

印象的な経験があります。震災直後、名取市の避難所で、私は50代とされる男性のそばにしゃべり座っていました。そのとき、彼は「話を聞いてほしい」と、涙を流して話してくれました。「もう少し話を聞いてほしい」と、涙を流して話してくれました。

被災直後、話を聞いてほしいという男性は少なくありませんでした。その男性は、話を聞いてほしいという男性は少なくありませんでした。

「相手の心に寄り添う」ことが大切です。それがお互いの気持ちを通します。それが「傾聴活動」につながります。傾聴活動は「精神」を癒すことではなく、話を聞いてほしいという男性は少なくありませんでした。

「相手の心に寄り添う」ことが大切です。それがお互いの気持ちを通します。それが「傾聴活動」につながります。傾聴活動は「精神」を癒すことではなく、話を聞いてほしいという男性は少なくありませんでした。

令和3年 傾聴の会 活動案内

※ 新型コロナの状況により、急きょ中止の場合もあります。事前にお確かめください。

傾聴サロン（対面での個別 相談）

要予約 ☎090-6253-5640

仙台市福祉プラザ

第1 土曜日 10:00~15:00

岩沼市総合福祉センター

第3 水曜日 10:00~15:00

名取市市民活動支援センター

第3 日曜日 10:00~15:00

塩釜市一番館、または旧公民館

第4 日曜日 10:00~15:00

傾聴茶話会（予約不要）

仙台市市民活動サポートセンター4F

11月 第2 土曜日

14日 13:30~15:00

12月 第2 土曜日

12日 13:30~15:00

※ 福島県二本松市カフェ

南相馬市カフェ

福島県内の二つのカフェは不定期に開催しています。

傾聴カフェ（予約不要）

あすと長町市営住宅 1F 集会所

第1 水曜日 13:30~15:00

あすと長町第2 復興住宅 1F 集会所

第3 月曜日 13:30~15:00

あすと長町第3 復興住宅 1F 集会所

第3 土曜日 13:30~15:00

田子西第二復興住宅 1F 集会所

第4 金曜日 13:30~15:00

名取市 増田公民館（名取駅東口）

第2 木曜日 10:30~11:30

名取市 美田園北集会所

第2 水曜日 10:00~11:30

名取市 高柳集会所

第4 月曜日 10:00~11:30

名取市 高柳東団地復興住宅（談話室）

第4 金曜日 10:00~11:30

岩沼市たけくま集会所

第2 火曜日 10:00~11:30

玉浦コミュニティーセンター

第4 水曜日 10:00~11:30

亘理町上浜集会所 第1 金 10:00~11:30

会員募集

仙台傾聴の会のさまざまな事業や活動は、会員の方々の「誰かの役に立ちたい」という情熱と努力によって成り立っています。仙台傾聴の会の趣旨に賛同し、活動をともにできる方、または、応援して下さる方を募集しております。

●正会員（傾聴ボランティアとして活動して頂ける方）

会費： 3,000円/年（ボランティア保険を含む）

●賛助会員（資金面で援助して下さる方）

会費： 3,000円~/年 個人一〇

5,000円~/年 団体一〇

NPO 法人仙台傾聴の会までお問合せください。

編集後記

フキノトウを方言でバツケと呼ぶ。

今年の東北は例年になく雪が多い。

東北の冬は長く、深い雪の中で春を待っている。

けなげで雪の下から頭をもたげるフキノトウが待ち遠しい。

深い雪が解けて消えるように、コロナ疲れが癒され、新年度を迎えたいと願う。

編集委員： 篠原（北） 児玉（南）

武田（中） 千葉（岩） 嶋脇（名）

電話での傾聴も受け付けています

火、木、土は

080-3199-4481

月、水、金は

070-2025-8200

（10:00~16:00まで）



NPO法人仙台傾聴の会 代表理事 森山 英子

〒981-1232

名取市大手町五丁目6-1 名取市市民活動支援センター内

☎090-6253-5640 / Fax 022-343-9705

Eメール moriyama-e@r.tulip.sannet.ne.jp



ホームページ <http://sendai-keicho.sakura.ne.jp/wp/>