

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 葵子

携帯 090-6253-5640

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) 仙台市福祉プラザ2F ふれあいホール 13:30~)

今年度の全体会は会員の皆さんへのねぎらいを込めて、音楽鑑賞会を開催しました。

「ゲグゲロリステン合唱団」という仙台在住のアマチュア演奏者から結成されている弦楽合唱団のコンサートから始まりました。当会員司会者が「ゲグゲロ…」の紹介で早口言葉のように何度か咬みながらで皆さんからの笑いを誘い、受けていました。

「ゆかいなゲグゲロコンサート」と題して、民謡、アニメソング、童謡など。

本格的なオペラの「恋とはどんなものかしら」「シャンパンの歌」などはオペラの舞台が目に見えるようで、そのひととき歌声に酔いしれました。

最後に「栄光の架橋」は歌手ゆずさんの歌で、夏の五輪を思い出しながらみんなが口ずさみました。

約1時間近くの演奏を堪能した後はクリスタルボウル演奏会です。YUKIさん(小野由紀子氏)による演奏で舞台に座したYUKIさんの前に大小のクリスタルボウルが置かれ、そしてゆっくりとそのボウルの淵がなぞられていきます。音が韻を引いて、会場内に広がっていきます。複数のボウルの音が調和して、いつまでも頭の中に柔らかな音が響き続けていきます。初めて聴く会員も多かったと思いますが、皆さん「眠くなった」とか「とても気持ちが落ち着いて癒されました」など好評でした。それもそのはず、小野氏はクリスタルボウルサウンドセラピストの演奏家なのです。

拍手喝采で終了した演奏会の後は、会員からの協力のもと集められた品々のバザーでお買い物。食器、雑貨用品、装飾品、手作製品、衣類など安い金額で提供されました。この時は皆さん主婦目線でお買い物。募金箱への寄付、名取、岩沼支部の傾聴カフェでのバザー売り上げも含めて**4万6678円**となりました事をご報告いたします。この金額はみやぎチャレンジプロジェクトに入金されました。ご協力ありがとうございました。(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



クリスタルボウル演奏



音楽に癒される会員の皆さん

【公開講座】 大友重明氏（仙台市子供相談支援センター 所長）

「子供相談支援の現状と不登校について」

R・4年1月15日（土）

仙台市シルバーセンター

AM 10:00～12:00

今ほど、不登校、子育て、引きこもりなどの言葉を多く聞くことはなかったと皆さんも感じていることと思います。子供相談支援センターの所長である大友先生はその専門家であり、常に子供目線に立ち、子供たちのあるべき姿を考えておられます。

子育てに関する相談には、一人で子育てしていて不安を抱えている若い母親たちが多いとのこと。そんなとき、最近はネットで検索し判断し、直接悩みを誰かに相談することが少なくなっているようです。子供のゲーム、SNS依存の問題は増加傾向にあるとも言います。

今はコロナ禍により、休園、休校もあり、子供と家庭で過ごす時間も増え、子への対応に悩む相談者もいます。子供たちのゲーム依存に関しては時間を決めて遊ばせるなど一人で悩まず「子供相談支援センター」（仙台市）のような相談活動の団体に頼ってみてはどうでしょうか。

大友先生の穏やかな口調と時々ユーモアのある講演は、悩みを抱える親世代には考えさせられる勉強になりました。



講師 大友重明先生



聴講の皆さん

「話を聴く事は生きる力に繋がる」に感動された聴講者の話



昨年12月、白石市で開催の「心に寄り添う聴き方」講座の中で「話を聴くことは生きる力に繋がる」という部分に感動した、というOさんから手書きのお手紙を頂きました。

さらにOさんは、その講座に参加されなかったIさんへ手紙を出して紹介したようです。

そのIさんの返信文には「話を聴くことは生きる力に繋がる」という言葉から、自分の小学校時代の担任の先生のことを思い出した。「その先生は、よく話を聴いてくれた、そして『自分の言葉で答える＝自分で気づく』その時、自分の言葉で話をして相手に伝えることで気づく、と教わったことが根底にあり、今の自分と今の仕事に繋がっている」との返信でした。

確かに「傾聴」することで話をする方は、話をしていくうちに自身で気づくことにも繋がります。自分で答えを出し、行動し、自立して、前に進む力が生まれ、生きる力になる。だからこそ一生懸命に聴くことが大事になりますし、話すことの必要性があります。そこにこそ相手の気持ちを汲む「傾聴」の凄さがあると思います。このように深く受け止めて頂いたことは、これまで当会13年間の活動の中で初めての体験でした。

コロナ禍で様々な場所での人との交流が中止され、人との関わりが制限され、その結果、うつ状態の方々や若者の自死者の増加がみられます。心の拠り所を求めて「話を聴いて欲しい」と県外からも当会の電話相談にかけてくる方々が増加しています。

コロナ禍で活動の変化が求められますが、マスクで相手の表情の見えない会話ではなく、相手の表情を良く見ながら笑顔で会話のできる日が来ることを待ち望んでいます。それこそが、本来の「傾聴」であり、「話を聴く事は生きる力に繋がる」に通じると思われます。

NPO 法人仙台傾聴の会 代表理事 森山英子

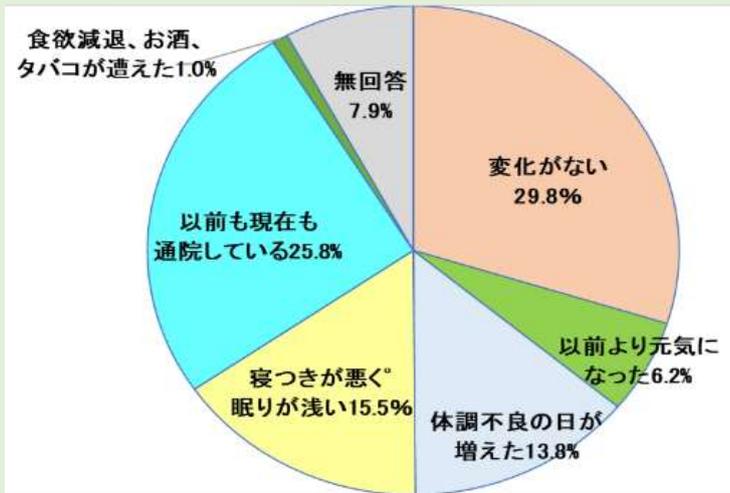
復興公営住宅等「傾聴カフェ」・「茶話会」へのアンケート結果

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）集会所での「傾聴カフェ」「茶話会」を継続して実施しています。コロナ禍で「傾聴カフェ」は休止が続いていますが、2021年9月～11月に、傾聴カフェ等の利用者の皆さま、及び当会会員を対象としてアンケートを実施しました。

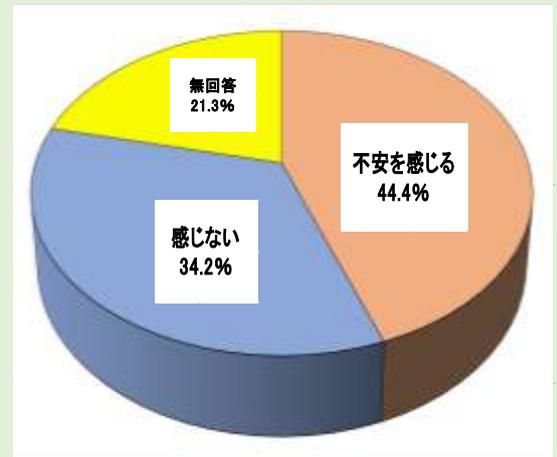
この調査は2018年に続き2回目ですが、今回は、傾聴カフェ等に参加しての思い、震災から10年の変化、コロナ禍の影響などについてご回答いただいています。

（※アンケート8設問中3設問とコロナに関する抜粋で掲載しています）

現在の健康状態はいかがですか？



将来への不安を感じることはありますか？



- ★ 年齢を重ね今後どうなるのか、体力の衰えも心配。
- ★ 年金生活なのでこれでやって行けるのか。（老人ホームに入れるか心配）
- ★ 万が一何かあった時、夫と2人暮らしなのでどちらかが倒れたらどうなるのか。
- ★ 震災、コロナと次から次と起きる天災は防ぎようがなく不安。

令和4年3月6日 河北新報掲載

共に歩もう

東日本大震災11年

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ア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。



中支部会員
大野 泰代さん(68)

5丁目・主婦
仙台市青葉区上杉

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、男性の状況は違っていたのではないか」。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ぶきっかけになりました。

「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。

コロナ禍での生活の不安は？

- ※生活の不安は感じない 43.8%
- ※不安を感じることもある 37.5%

- ★ 高齢化や健康のこと、経済的なこと、ひとり暮らしの生活への不安な思いなどコロナだけではなく日常生活において心配、不安は多少なりとも持ち合わせていると思われます。

仙台市、名取市、岩沼市、亘理町、山元町、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いただきました。

令和4年 傾聴の会 活動案内

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

塩釜市老番館、または公民館分館

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

4月 第2 土曜日

9日 13:30~14:30

5月 第2 土曜日

14日 13:30~14:30

※ 南相馬市カフェ

福島県内のカフェは不定期に開催しています。

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

仙台市青葉区^{おたまやした}霊屋下第2市営住宅集会所

第1 土曜日 13:30~14:30

仙台市太白区荒井東市営住宅1F 集会所

第4 水曜日 13:30~15:30

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 金曜日 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」という情熱と労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、活動とともにできる方、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

「聞く力」という言葉を、最近よく見聞きするように思うのは私だけでしょうか？人の話を聞く事を特技とする方が首相になったことにも感慨を覚えます。

新年度こそ、コロナが落ち着き、私達の「聴く力」が存分に発揮できますようにと願っています。(N)

編集委員：

児玉（南）、中山（北）、橋本（中）

千葉（岩沼）、嶋脇（名取）

電話での傾聴も受け付けています

火、木、土は(10:00~17:00)

080-3199-4481

月、水、金は(10:00~16:00)

070-2025-8947



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 / Fax022-343-9705

Eメール moriyama-e@r.tulip.sannet.ne.jp



ホームページ [http:// sendai-keicho.sakura.ne.jp/wp/](http://sendai-keicho.sakura.ne.jp/wp/)