

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

認定NPO法人仙台傾聴の会

代表理事 森山 英子

携帯 090-6253-5640

公開講座、会員研修、活発に



新型コロナウイルス感染症が5類に移行し、施設活動も少しずつ再開されてきています。今まで新会員のみなさまにも、思うような活動が出来なかった状況ですが、今後は活動の機会が増えてくると思います。会員一同、気持ち新たに取り組んでいきます。

(名取市協働提案採択事業)

スキルアップ講座 in 名取 8/27(日)・9/3(日)・9/10(日)

AM10:00~15:00 於:名取市市民活動支援センター

名取市民の方々を対象に、スキルアップ講座が開催され、3日間で総勢44名が受講。受講の動機として「悩みのある方の心のモヤモヤや沈んだ気持ちを聞かせて頂く事で、少しでも気持ちが軽くなってもらいたい」、「自分が辛いときに周りの人に話を聞いて頂き、恩返しする機会がなく、せめてその恩返しができれば」など。皆さん熱心に受講していました。

河北新報掲載記事 2023年9月1日(金)



聴く力皆で高め合おう
「仙台傾聴の会」名取で講座 市民15人参加

目を見て笑顔でうなずいて

相手の言葉をありのままに受け止める「傾聴」の技術を学ぶ講座が、名取市市民活動支援センターであった。同市の認定NPO法人仙台傾聴の会が主催し、市民約15人が聴く力を高め合った。会員が講師となり、傾聴が相手の援助になることや聴き手も心の幅が広がることといった利点を解説。森山英子代表理事は聴き手のポイントとして①アイコンタクトの笑顔②うなずき③三つを挙げて「教に人を幸せにする『和顔施』といふ言葉があり、日常生活にも生かせる」と述べた。参加者は聴き手と話し手に分かれて傾聴を実践し、「相手の言葉を先回りして話さないように」と注意点を確かめた。同市の柿崎真理子さん(67)は「相手に話をしてもうかがいがいかに難しいかが分かった」とほほえんだ。講座は市の協働提案事業で市民が市内に通勤する人を対象とし、8月27日に実施。全3回で今月3日と10日にもあり、途中からでも無料参加できる。連絡先は傾聴の会070(2025)82200。



熱心に聞き入る受講生の皆さん



第1回メール相談研修開催

R・5・9/18 仙台福祉プラザ10F AM10:00~12:00

講師：北條久也氏（当会理事） 「メール相談の基本的な支援方法」

—第1回メール相談研修に参加して—

仙台中支部 橋本由紀

渡されたのは2行だけ書かれたメールでした。

それに対して返信文を作成するまでの姿勢と過程を学びました。対面や電話では対話をして相談者との認識のすり合わせが可能です。メールは齟齬（そご）が生じないように注意し慎重に返信しなければなりません。

大切なのが想像力です。相談者の背景に何があるのか、言葉の裏側にある気持ちを読み取る力が必要とされます。わずか2行の文と性別、年代を手掛かりに「どんな方だろう？」と想像を巡らせました。加えて、どれだけ自分事として捉えられるか、脳みそに汗をかきつつ返信文を書きあげました。

学生時代、登場人物の心情を想像したり、どんな場面か思い浮かべる国語の読解が好きだったことをふと思い出しました。あの頃はもっと感受性が柔軟だったかも。

今、人生経験は積んだけれど、その分思い込みや価値観の押し付けなど強くなっていないだろうか。その様な気づきを与えてくれた2時間となりました。

新入会員研修 講師：鹿股英生氏 「より良い傾聴活動を進めるために」

令和5年9月23日(土)於：仙台市シルバーセンター6F 10:00~12:00



—新入会員研修に参加して—

名取支部 柿崎 真理子（令和5年9月入会）

養成講座、新入会員研修共に、私にとっては大変勉強になるものでした。

今まで60何年生きてきて、傾聴とは人間にとって、とても大事なものだと思い知らされました。

今回の研修は、鹿股英生先生で、年配の男性なのでどのような研修になるのだろうと思いましたが、先生がなぜ傾聴というものに出会ったかというお話を聞き、納得し、スーッと研修に引き込まれていきました。先生は学校の教員時代に、不登校になった生徒に接して、自分が力になれなかったことを機に、傾聴など色々学ばれてきたということでした。

鹿股先生は、傾聴は人を大切に思う心という事で 仏教では「慈悲」、キリスト教では「愛」であり否定せず、批判せず、五感を働かせて耳を傾けて聴く事。相談やカウンセリングではない事を話されました。今までご自身が傾聴される側の立場では2度だけ、とてもすっきりした経験があり、それほど傾聴とは難しく深いものなのかと思いました。

最後に鹿股先生は傾聴の後は話を聴かせてもらったことをノートに書き、傾聴の問題点を見つけて「ここが大事なことだったんだ。」と振り返るそうです。大学ノートが3冊になった時に、一人前の傾聴者になれるとの事でした。

これから傾聴ボランティアを行おうとしている私にとっては、とても尊い研修でした。

公開講座 「犯罪被害者等の心理と支援にかかわって」

R・5・10月8日(日) 於：仙台市福祉プラザ11F PM13:00～

講師： 准教授 浅野晴哉氏(宮城学院女子大学 学芸学部心理行動科学科)

私たちは毎日のように犯罪、非行などの報道を目に、耳にしています。便利な世の中になった反面、犯罪は増加し続けその中の一つの犯罪に加害者と被害者が同じ数だけいると考えられます。

被害者は一次的被害(身体的、経済的、精神的)と二次的被害(心ない周囲の噂や過剰なマスコミ取材など)を受け、それらは家庭崩壊につながり、転職、転校、移転等を強いられます。その為にも犯罪被害者たちの支援に取り組まなければなりません。

宮城県の犯罪被害者支援条例は2004年に施行されました。目に見えない被害者の「心の被害」の証明に携わる警察に心理職というのがあります。それは犯罪被害後の早期に被害者と出会う為、刑事裁判までの心理状態を把握する唯一の心の専門家となります。また他職種との連携も重要な任務であるとともに、被害者支援は警察の中の特殊な役割といえます。

当傾聴の会は犯罪被害者に対面することはないが、日常生活における一般の皆様と対面し「心のおもい」を聴き、支援しています。

その他の重要課題として傾聴する側のメンタルヘルス(代理被害)も大切な一つと言います。

- ① セルフ・ケア 【知る・気づく・つながる】
- ② 組織の対応 【代理被害の理解・アドバイスより傾聴とねぎらい・休暇及び相談機関の活用】

自分自身のストレスに気づき、また支援する人を支えることも大切と改めて実感しました。

名取支部 嶋脇 ウタ



講演に聞き入る皆さん

傾聴カフェ&クリスマスリース作り



12月3日(日)13:00～15:00

仙台市福祉プラザ11階 材料費 500円
傾聴ボランティアとお話しながらクリスマスリース作りをたのしみませんか。

カフェだけの方も大歓迎!お茶を用意してお待ちしています。(名取支部担当)

赤い羽根共同募金



「みやぎチャレンジプロジェクト」

今年も取り組みます!

期間：令和5年12月～令和6年2月

傾聴活動による「心のケア」の為、悩みや不安に耳を傾け住民の方々が安らぎを得て、安心した生活が送れるように会員が自己研鑽を重ね、対面相談、個人宅訪問、傾聴カフェ、電話相談、メール相談などの傾聴活動を行っています。

継続して活動していくために、皆さまのご支援、ご寄付をよろしくお願い致します。

令和5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
仙台市福祉プラザ内
第1 土曜日 10:00~15:00
岩沼市総合福祉センターあいプラザ内
第3 水曜日 10:00~15:00
名取市市民活動支援センター内
第3 日曜日 10:00~15:00
塩釜市杉村美術館、旧公民館
第4 日曜日 10:00~15:00
気仙沼市中央公民館
第4 土曜日 9:30~14:00
（各会場、日時の変更もあります。要問合せ）

傾聴茶話会（予約不要）

仙台市シルバーセンター内
第2 土曜日 13:30~14:30（変更もあり）
名取市 増田公民館（名取駅東口）
第2 木曜日 10:30~11:30

■メール相談：ホームページから
<http://sendai-keicho.sakura.ne.jp/wp/>



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 美田園北集会所
第2 水曜日 10:00~11:30
名取市 高柳東団地復興住宅（談話室）
第4 月曜日 10:00~11:30
岩沼市西コミュニティセンター
第2 金曜日 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
※ 南相馬市カフェ上町団地、南町団地カフェ
福島県内のカフェは不定期に開催しています。

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。認定NPO法人なので、賛助会費、寄付は税金の控除が受けられます。

●正会員

会費： 3,000 円/年（ボランティア保険を含む）

●賛助会員

会費： 3,000 円~/年 個人一口
5,000 円~/年 団体一口

認定 NPO 法人仙台傾聴の会まで
お問合せください。



編集後記

信号待ちで、車が全く来ないとみた高齢男性が歩き出すと「命はひとつ！大切に！」と三歳位の女兒の声。毎日園で教えられていると母親が。

もちろん男性はニコリしながら「本当だね、ありがとう」と言いました。周囲の微笑みと秋風に癒されたひとこまでした。（T記）

編集委員：

岩崎（南）、中山（北）、田中（中）
佐藤（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（10:00～17:00）

070-2025-8947



認定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 [https:// sendai-keicho.sakura.ne.jp/wp/](https://sendai-keicho.sakura.ne.jp/wp/)