

傾聴ボランティアさくら たより

2022年12月1日
傾聴ボランティアさくら発行
第11号



傾聴ボランティアさくらの皆様

傾聴ボランティアさくらをご理解、ご支援くださいました皆様

傾聴ボランティアさくら

代表 熱海紀子

いかがお過ごしでしょうか。お元気でしょうか。対面での傾聴ボランティアが休止となってから3年になりました。とても長く感じられました。いつも思い返すのは、訪問先の方々から私たちはどんなに出逢いの喜びを頂いていたか、この思いをさらに強くしています。また、傾聴ボランティアさくらの会員の皆様との協働は生きる喜びでありボランティアをさせていただいたことが、日々の生活の支えであったことを実感しているのは皆様も同じお気持ちだと思います。新型コロナウイルスの感染の中にありながらも何とかして傾聴を続けさせていただきたいとの思いから、オンラインによる傾聴に取り組みました。「社会福祉法人なごみ様」「介護老人保健施設ケアフォーラムあづま様」のご協力で毎月第4火曜日午後、オンラインによる傾聴を行っています。(①②ページで紹介) 同時に、福島市まちなか交流施設“ふくふる”を借用して、新型コロナウイルス感染対策を重視しながら対面式で傾聴ボランティアを行っています。(後のページの5で紹介) 更に、今こそ毎日の生活の身近なところで、今まで培ってきた傾聴のスキルを活かしてコミュニケーションを深めてゆく時ではないかと思っています。ウイズコロナ・ポストコロナ時代を生きるために、傾聴を深め、自己養成に励んでまいりたいと思います。「傾聴ボランティアさくらたより」11号では、10号と重なる部分もありますが、主に2021年8月以降の活動を感謝を込めてご報告申し上げます。

1. 傾聴ボランティアさくら会員のIT技術の習得を目指して、運営委員会が2020年12月から2021年3月にかけてZoomの習得に努めました。

- 1回目 LINEの使い方
- 2回目 Zoomの使い方1
- 3回目 Zoomの使い方2
- 4回目 Zoomホストの操作



2. オンラインによる傾聴ボランティアの環境整備とオンラインによる傾聴ボランティアの試行 2021年3月からオンラインでの傾聴の試行に入りました。



3. オンラインで交流会 —先行事例のオンライン交流—

市原市「傾聴の会陽ひだまり」様

日光市「ありのまま」様

町田市「グループそらまめ」様



4. オンライン傾聴の紹介とお誘いを致しました。

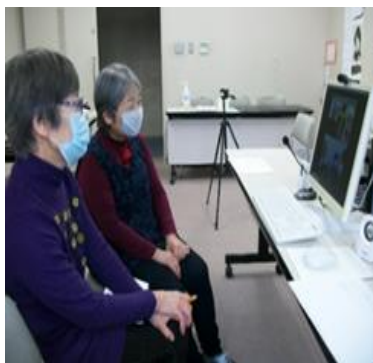


現在、2箇所のご高齢の方の施設とオンラインで傾聴をさせていただいています。1か月1回の割合で行っています。当初、所要時間は30分間でした。今は30分でお別れするのが惜しいほど、話してください。ある時は若々しいお声で歌ってください。

毎月第4火曜日午後2時から4時終了
桜の聖母生涯学習センターで行っていますので、
ご参加ください。(⑥ページをご参照ください)

5. オンラインによる傾聴ボランティアを開始しました。

対面で傾聴訪問させて頂いていた施設様にオンライン傾聴のご案内をし、二か所の施設さまと 傾聴を開始



美しい花の写真を見て頂いたり、オカリナの演奏を聴いて頂いたり、紙芝居を見て頂き、ほっとする時間を作ってみました。

6. 傾聴ボランティア養成講座のスタッフを務めました。 受講者 20名

① 6月11日(土)：傾聴の基本と傾聴ボランティアの事例紹介およびロールプレー①



会員によるロールプレー

傾聴の基本の説明



ロールプレーの体験

②

② 7月9日(土)：オンラインによる傾聴 Zoom による傾聴の体験



受講生の方々の Zoom による傾聴の体験

本講スタッフ

受講者の感想：

初めてのオンライン傾聴でしたが、緊張感なく自由な気持ちで話すことができました。

7. オンライン傾聴アフターケア研修の実り！ 2021年10月18日実施

☆ 大切にしたいことに気づきました。

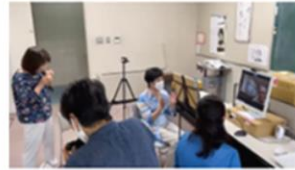

- ① オンラインは対面の代替方法ではなく、ポストコロナ時代の新しいコミュニケーション方法として捉える。
オンラインでも対面でも重要なのは、相手に関心を持ち、どうしたら相手が心地よく話せるのかを考える。
- ② オンラインの持つ特徴やメリットを活かし、傾聴が生きる力を呼び覚ますことを人々と共有したい。
- ③ 課題があったら「じゃあどうしたら良いか？」と改善方法とその手立てを考える。

戸惑いながら

小さな喜びを重ねながら

オンライン傾聴の芽を

皆で育てていく…

失敗と試行錯誤…

積み重ねによって慣れていく


8. 傾聴ボランティアさくら会員の Zoom 講習会 期日：2022年10月～12月10日

いよいよ全会員対象の Zoom の講習会を実施しました。

講師：三瓶千香子氏 桜の聖母短期大学教授 桜の聖母生涯学習センター長

会場：桜の聖母生涯学習センター

2022年度 傾聴ボランティアさくら Zoom講習会 (案)				
回数	対象者	日時	講座 ゴールイメージ	備考
第1講	スマホ 使用者	10/1 (土) 10:00～12:00	・ Gmailの理解 ・ Zoomの基本の理解と演習	・ 事前にGmailの取得とZoomのダウンロードをスマホにすることが望ましい。⇒テキスト資料を事前配布 ・ 自分のスマホ持参
第2講	スマホ使 用者	10/8 (土) 10:00～12:00	・ Zoomの復習と実践を通したスキルの定着	この間に、初心者にはさくら会員が補習する。
第3講	PC使用者	11/19 (土) 10:00～12:00	・ ホストの理解と演習 ・ ブレイクアウトルームの体験	・ 自分のノートパソコンを持参 (持参不可の方のみ、短大のタブレットで演習)
第4講	スマホ+ PC合同	12/10 (土) 10:00～12:00	・ ブレイクアウトルーム機能を使ったディスカッション	



傾聴ボランティアさくら 2022年度

Zoom入門講座 第2講



スマート
フォン版



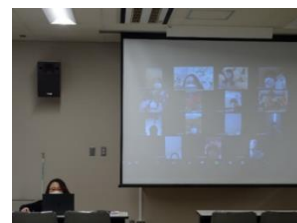
桜の聖母生涯学習センター
三瓶千香子

分かりやすいテキストと
分かりやすいご講義を頂き、
めきめき上達しました。

第1講、第2講（スマートフォン編）参加者8名

10月1日（土）は、Zoomの基本の理解と演習を学び、

10月8日（土）は、Zoomの復習と実践を通じたスキルの定着を目指しました。



第3講（パソコン編）参加者15名

◇ 11月19日（土）「ホストの理解と演習、ブレイクアウトルームの体験」を学びました。



講師の三瓶千香子先生 分かりやすく、ご丁寧にご指導いただきました。



◇ 12月10日（土）は自宅からブレイクアウト機能を使ったディスカッションを行います。
尚、12号でお知らせいたします。

9. 対面で傾聴を続けていますので、どうぞお立ち寄りください。

傾聴ボランティアさくらの会員の皆様はスタッフとして参加しませんか。

場所：福島市まちなか交流施設「ふくふる」

時間：毎月第一、第三金曜日午後1時30分～3時30分

※ 2022年12月と2023年1月は休みます。

※ 2023年2月から再開の時間が上記のように変わりましたのでご確認ください・

「ふくふる」での傾聴の様子



会員の本田 巖 デザイン



ふくふるでの傾聴のスタッフ

10. 訪問させていただいていた懐かしい施設様にクリスマスのご挨拶とリースをお届けしました。

利用者の皆様にはお目にかかれませんでした（新型コロナウイルス感染対策のため）、会員の皆様の代表として訪問グループの代表の方々が届けました。大変喜んでいただきました。（2021年12月）

今年は目の覚めるような美しいクリスマスカードをお送りいたします。



手作り
リースが
完成しまし
た。感謝



11. 外部団体からの派遣や取材の依頼がありました！

- ① 「ふくサポ通信」福島市市民活動サポートセンター様が取材に来られ、私たちの話を丁寧に聴いてくださいました。「ふくサポ通信」2022年初秋号 Vol.104 に、掲載されました。
- ② 福島県企画調整部文化スポーツ局スポーツ課様より「傾聴ボランティアさくらの団体の紹介と活動」の取材が11月21日 Zoom で行われました。「City Cast NEWS」の12月号に掲載される予定です。取材というより、傾聴を体験しました。疲れが取れとても幸せな気持ちになりました。
- ③ 福島中央学習センターより、講師派遣依頼がありました。「対面式傾聴からオンライン式傾聴に切り替えができた経緯と成果と課題、そして今後の方向」など、傾聴ボランティアさくらが辿ってきた道をお伝えしました。7名が参加しました。（11月20日）写真の一部は①ページに掲載
- ④ 福島市社会福祉協議会第35回「ふれあい広場」（10月2日日曜日福島道の駅）に参加しました。福島ボランティア連絡協議会より、傾聴のブースを頂きました。秋晴れの爽やかな日でした。ポッチャ体験や輪投げをしながらのコミュニケーションで、傾聴の存在を知っていただきました。
- ⑤ 三瓶千香子先生ご指導の会津傾聴ボランティア養成講座（7月10日）と傾聴ボランティアさくら オンライン班が Zoom で交流しました。

- ⑥ 伊藤容子さんは千葉県に転居なさいました。ご一緒に傾聴ボランティアできましたことを感謝申し上げます。どうぞお元気で、また、ご活躍ください。

12. 傾聴ボランティアさくら運営委員会を Zoom で行えるようになりました。



13. お知らせ！

- ① 傾聴ボランティアさくらの会員の皆様！スタッフとしてご参加くださいますか。

場所：福島市まちなか交流施設“ふくふる”

時間：毎月第一、第三金曜日午後1時30分～3時30分

尚、2022年12月と2023年1月は休みます。

2023年2月から再開の時間が上記のように変わりましたのでご確認ください・

- ② 傾聴ボランティアさくらの会員の皆様オンラインによる傾聴ボランティアにスタッフとしてご参加くださいますか。

時間：毎月第4火曜日午後2時から4時終了

場所：桜の聖母生涯学習センター

14. お誘い！

オンライン傾聴のご案内

スマートフォン・アイホン・タブレットまたはパソコンで傾聴をお申し受け致します。
個人、または、ご高齢の方の施設様、 どうぞお申込みくださいませ。

お申込みは下記の事務局電話番号まで。

傾聴ボランティアさくら事務局
住所：〒960-8585 福島市花園町3番6号
桜の聖母生涯学習センター内

問い合わせ：事務局直通 [080-8211-6811]