

1月活動報告			2月 活動報告			
7	木	包括とNPO の話し合い(市)	1	月	企画会議・現任介護職員研修(市)	
8	金	定例会(通)	3	水	特定高齢者事業(おいで屋)	
9	土	傾聴ボランティア新人研修	5	金	デイ定例会(通)	
12	火	食事定例会(通)・現任介護職員研修(市)	7	日	傾聴スキルアップ講座	
13	水	担当者会(訪)	9	火	食事定例会(通)	
14	木	運営委員会・自立支援作業部会(市)	12	金	社労士来訪•運営委員会	
15	金	企画会議・女と男のつどい実行委員会(市)	13	土	担当者会議(訪)	
18	月	特定高齢者事業(おいで屋)	14	日	傾聴スキルアップ講座	
19	火	愛知県コミニュティビジネス事業例調査	17.	水	デイ部会(市)・西浦北保育園来訪(通)	
20	水	西浦北保育園来訪(通)・ヘルパー部会(市)	18	木	サポートちたバスツアー来訪	
21	木	傾聴ボランティア定例会	20	土	研修会(訪)	
22	金	事務会議・サポートちた理事会	21	田	会員交流会	
28	木	ドライバー研修会・女と男のつどい(市)	22	月	自立支援作業部会(市)	
		20	24	水	包括とNPOの話し合い(市)	
			25	木	地域ケア会議(市)	
		11	26	金	事務会議	

		1月	2月
	活動時間	4 1 1. 2 5 時間	383時間
たすけあい活動	利用数	7 0 件	68件
	弁当利用者数	160名	120名
訪問介護	利用時間	878.25時間	860.5時間
初门门 八 茂	利用者数	7 0 名	6 9 名
居宅介護支援	利用者数	3 6名	3 7 名
デイハウスあかり	利用者延数	172名	165名
障害福祉等	利用時間	190.5時間	183.5時間
サービス	利用者数	19名	20名
おいで屋	参加人数	358名	368名
傾聴ボランティア	利用者数	3 3 名	3 2 名

:	ご寄付	トをありがと	とうございました
Ē		<b>昼雄さま</b>	故伊奈正夫さま
Ē		3名さま	
	大切	だ使わせて	ていただきます。

おいで屋にもイス 4 脚(リサイクル)を 頂き、大変助かりました。 今後ともよろしくお願いします。

会員数(3月20日現在)				
正会員	95名			
賛助会員	140名+4団体			
利用会員	120名			
合計	355名+4団体			

## **WEZE**

介護の社会化を謳い始まった介護保険制度が今年4月で10年となりますが、あかりはそれより早く平成7年からたすけあい活動を始めています。

介護の負担が原因となる事件の報道がよくあります。

上を向いて、大きな声で笑いあいながら、天寿がまっとうできる世の中であってほしいと、あかり の意義を噛み締めるこのごろです。

4月から、また新しい年度が始まります。

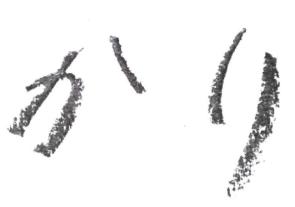
新年度もよろしくお願いいたします。

発 常滑市塩田町 2 - 135 特定非営利活動法人 あ か り 責任者 竹田加津子 TEL/35-4185 FAX/35-6862



http://akari-npo.jp







この日は津軽三味線を楽しみました



生方先生の毎月1回の絵画の日



マジックショーも月に1回のお楽しみ

お は外笑い 浅 小指で割るる金魚鉢 11 ・や卒寿の 散 勢の るに 母に嬰抱 海見る春夕 ば 0 孫 浅 句 二条 二四里 弘策

あかりのデイサービスは少人数対応がとても 家庭的な雰囲気です。

食事どきも和気藹々と、利用者も厨房の食事 担当も介助者も、みんな一緒に"同じ釜の飯" の仲間同士。

機能維持にと、軽めに体操をしたり声を出し て歌をうたう音楽療法も元気の秘訣です。



正住院山門の正面に位置するおいで屋です。 月毎に、身近な人たちの作品を展示したギャラリーを楽しんでいただくことも出来ます。 昼食が美味しいとの評判もいただいていま す。お誘いあわせてお出かけください。

おいで屋 催し物 4月、5月 ご案内

《月曜~金曜/10時から15時までオープン》 土・日・祝日は定休日

\* 展示 (最終日/14 時まで)

3月29日(月)~4月23日(金) "心躍る爛漫の春" 西田久夫写真展

定例)

4月26日(月)~5月28日(金) 永柳 説誠「水彩スケッ千展」

5月31日(月)~6月25日(金) 伊藤 ますみ「テコパージュ展」

\* おいで屋 おかげさまで5周年 4月5日(月) 10:00~11:30

・手品 ・倶楽部発表 ・キーボードの伴奏でみんなで歌をうたいます

その他、来場者には和菓子倶楽部手作りの紅白まんじゅうをお持ち帰りいただきます



# あなたも高齢者の【聴き手】になりませんか

傾聴ボランティア あかり

傾聴ボランティアに出会ったのは 08 年 5 月。たまたま毎日新聞にその記事が出ていたのです。利用者さんが "什 事はしなくてよい。ここで話を・・"と言われ、切り上げるのにずいぶん苦労したことを思い出しました。だれしも、 今まで、がんばってきたこと、辛かったこと、悲しかったことなどを聴いてほしいものです。昨今、コミュニケーシ ョン不足、ストレス社会といわれ、人と人との関わりが希薄になっています。どんな状況であれ、人は人との関わり の中でしか癒されることはないのではと思います。ずいぶん迷いましたが、思い切って7月、4日間の「傾聴ボラン ティア養成短期集中講座」に参加してみることにしました。NPO法人 ホールファミリーケア協会の鈴木絹萃先生の お話は、刺激的で学生時代に戻ったような講義に胸は熱くなり、久しぶりの緊張感も心地よいものに・・・今後の道 しるべとなりました。

さっそく、あかりの地域交流事業の一つとして、常滑市社会福祉協議会の協力を得て、12月に「よい聴き手になる ために~傾聴の意味と意義~」の講演会、09年2月に2日間の傾聴ボランティア養成講座を行い、傾聴ボランティ ア活動を始める準備をしてきました。

09年4月より、コーディネーター2人、ボランテイア17名で むらさき野苑・さざんかの丘・しろやまの施設を 月1回~3回訪問しています。また、定例会を1ヶ月に1回もち、活動報告や月刊誌"傾聴ボランティア"を資料に 勉強会をしております。09年12月には社協共催で2回目の養成講座を行い、現在ボランティア26名となり、個 人宅への訪問も始めています。

最初は何も話してもらえなかったり、沈黙に耐え切れず身上調査のように言葉を発し続けたりと、本当に傾聴 ができたのだろうかとみんなで悩む日々が続きました。定例会での皆さんのアドバイスや励ましと、話し手の皆 さんの感謝の言葉に勇気・元気をもらいあったり、又、施設の職員の方より適切な情報と支えをいただいて、こ の1年間なんとか頑張ることが出来ました。

#### 活動の報告 (一部)

- ○「私はなにもわからんから」とおっしゃった後は目を瞑ってしまいました。話しかければ目を開けて聴いて くださっているのがわかります。こいのぼりなどの歌を歌えば顔で小さくリズムをとってくれました。一方 通行の話でしたが、時々は目を合わせ、口元をほころばせてくれました。和んでいただけたのではないかと 思います。
- ○病名はアルツハイマーでみんな忘れてしまったといわれるが、「歯がいっぱい残っているね」の言葉に笑顔 で「歯は丈夫なの」とだんだん口が軽くなり話が弾んだ。帰り際には「こんなに話を聴いてもらったことが ない。うれしかった。又、来てください。ありがとう」と何度も言われた。

10年2月には養成講座参加者および活動者対象に《スキルアップ講座》を開催しました。鈴木絹英先生は相も変わ らず美しくエネルギッシュでした。

活動上の困難事例を話し手・聴き手・ 観察者に分かれてロールプレイやグルー プワークを2日間、9:30~17:00まで 行いました。身体的な疲れもさることな

がら、先生からの厳しい助言に自分自身 のスキルの未熟さにめげそうにもなりました。

しかし、講座終了後はなんともいえない充実感に包まれ もしました。

グループワークの様子です。



#### "良い聴き方とは・・"

- ◆ 相手を尊重するための四戒
  - ①助言《アドバイス》をしない ②結論を出さない ③お説教をしない ④自分の考えを押し付けない
- ◆ 3つのパスポート ○アイコンタクト ○笑顔 ○うなずき
- ◆ 3つの「す」 Oすてき Oすばらしい Oすごい
- ▲ 情緒的一体感 ○言葉少ない方とその場を共有する

などを再確認する研修となり、今後の活動が楽しみにもなってきました。月刊誌"傾聴ボランティア" 2月号にその様子が掲載されています。

傾聴はさまざまな人に出会い、さまざまなお話しを聴きます。色々な人生、価値観に気付かされます。それは 自分自身の人間関係の振り返りにもなり、自己成長につながるのではと思っています。

傾聴は本当に難しく奥が深いものです。相手にどのように話してもらうか、何をどのように語ってもらうか、 それは、多くの場合、聴き手の聴き方にかかっています。色々なことに興味・関心を持って体験したり本を読ん だりと自分自身の世界を広げておくことも大切です。これからも研鑽を積みながら「傾聴力」(協会では最近「人 との関わり名人」といってみえます)を身につけ、あせらず、地道に活動の輪を拡げていきたいと思っています。 傾聴ボランティアはお話しを聴くことにより、あたたかい人間関係・社会を作るりっぱな社会貢献です。そして自

一度、高齢者のお話を"聴く"お手伝いをしてみませんか?



分自身の人生も豊かにする魅力的な活動です。

認知症高齢者のロールプレイ



難聴者のロールプレイ



施設訪問時のデモンストレーション

《文責 竹内》

### 総会のご室内

日時 平成22年5月30日(日) 10:00~

鬼崎公民館

総会後のアトラクション

11:20~

"ぱすてるはーと, うたの広場" を予定しています。 会員外の方もおいでください。



## 入会のお野りと 会員鑑慕のお願り

あかりでは困ったときはお互いさまの気持ちで、利用する方・協力す る方の輪を広げ、暖かな人間関係が育つことを願っています。茶道・ 華道・太極拳・さをり織り・俳句など、色々な倶楽部活動もしていま す。ほかに、たすけあい活動でのお弁当のご利用など、あなたもお仲 間になってあかりの活動にご参加、ご支援ください。すでに会員の方 はぜひご継続いただきたいと思います、会員にお声をかけていただく か下記へお振込みいただけると幸いです。

> あいち知多農協本店 普通 0212461 特定非営利活動法人 あかり