

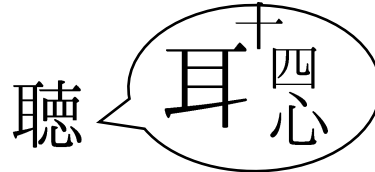


平成30年度傾聴ボランティア養成講座 始まりました

【前期：高松会場】 第1日目5月8日（火）10時～12時・第2日目5月15日（火）10時～12時 県社会福祉総合センター7階第2中会議室

第1日目

講師：青井 恵子 氏（グリーンワークかがわ）



傾聴とは、自分の訊きたいことを訊くのではなく、相手が話したいことをそのまま受け止めながら聴くという心がまえから始まり、聴くという漢字が14の心を持ち、耳で聴くという成り立ちから、傾聴活動がいかにか心に寄りそうものかを理解しました。親切心からアドバイスや意見を言ってしまうと、相手が話せなくなる状況を作ってしまう、また違う意見を話されると、自分自身を否定された気持ちになり、会話の間口が閉じてしまいます。

センタリングやペーシングという心身の統一や相手との呼吸合わせの方法を学び、実際にロールプレイの中で、言葉かけではなく、表情、姿勢、態度、うなずきの大切さを学ぶことができました。

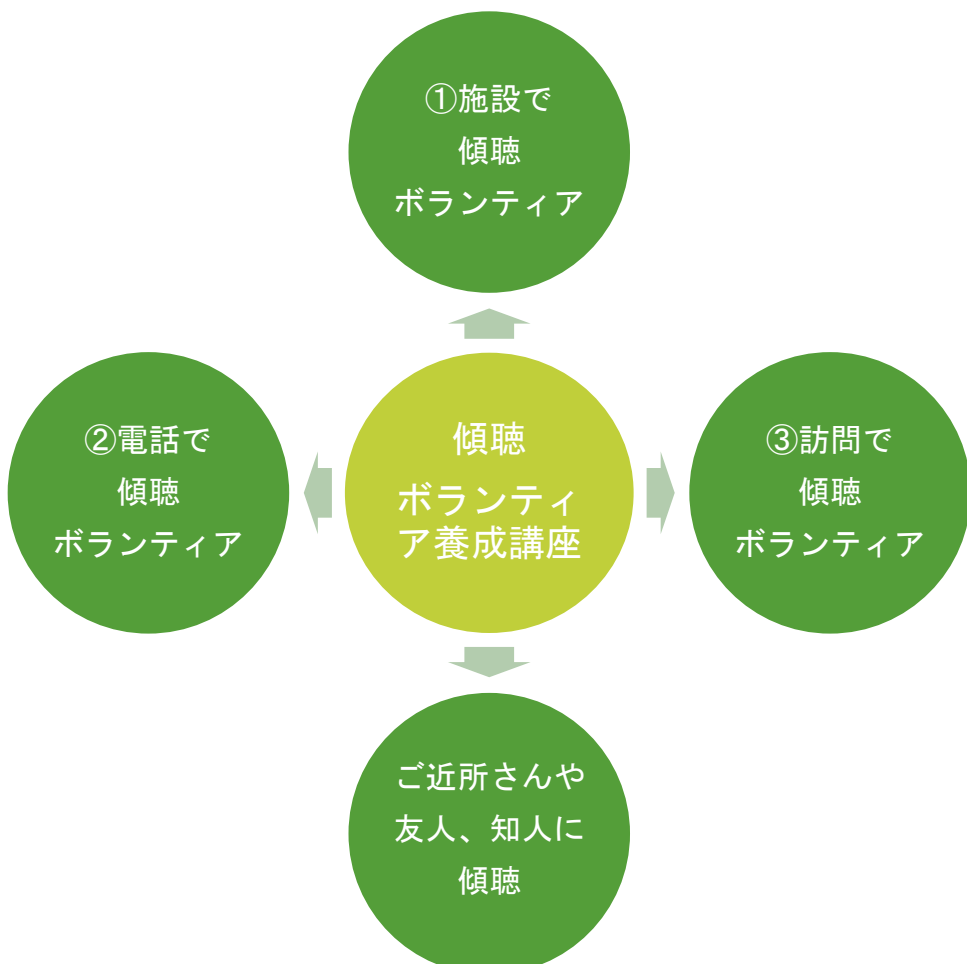
第2日目 講師：山本 隆夫 氏（さぬき傾聴ボランティアグループ「陽」）

15年以上の傾聴活動の経験を持つ講師から傾聴を始めたきっかけ、自身が受講した傾聴講座受講生の熱意、受講後のグループ作りから現在の活動について伺い、1日目で学んだことの振りかえりを行いました。傾聴で大切な笑顔・うなずき、あいづち、最後の言葉の繰り返しの思い出し、2人1組でロールプレイを行いました。

傾聴のポイントが含まれた会話は長続きできるが、拒否や否定的な態度をされると、関係がどんどん悪化していくようでした。最後は、講座で学んだことを活かした楽しい会話で、人は話すことが楽しみやリフレッシュに繋がることを実感しました。第3日目は、施設交流にのぞみます。



傾聴ボランティア養成講座活用方法について



- 講座修了後、活動をお考えの方へ
- まずは **相談** いきいき案内所に電話もしくは来所
- ↓
- 打ち合わせ** 希望施設もしくは、活動決定※面接等
- ↓
- 活動**
- ①施設で傾聴
養成講座交流施設及び高齢者いきいき案内所「登録の場」、近隣の施設等で活動を希望される方にご紹介いたします。
 - ②電話で傾聴
ご自身の固定電話及び携帯電話を使用して、傾聴やお話し相手の活動を行います。
※電話を掛ける際には、非通知で表示されるようにかけていただきます。
 - ③訪問で傾聴
ご家族及びケアマネジャー等相談機関からの依頼で、訪問が必要な場合、2人1組や、ヘルパー訪問時に活動するなどを検討し、活動していただきます。

いますぐ活動は難しいとお考えの方へ
 学んだことを普段の会話に取り入れて、傾聴を日常の中に、実践できる活動者となっていただきたいと思います。



臨床美術体験会 i n 八幡園

(坂出市白金町1-2-10)



生活介護事業を利用されている皆さまに、

「指で描く版画」を楽しんでいただきました。

5月9日(水) 10:30~11:30 参加者10名(男性5名 女性5名)

臨床美術指導者 大池 由美 氏 ・ 西村 文美子 氏



①下敷きの上のクリーム状の粘土を手で伸ばしていきます。②3色の絵の具を粘土に混ぜて、模様をつくります。③上から紙で押さえて、作品の出来上がりです

生活介護事業利用者の皆様に臨床美術のプログラムの1つ「指で描く版画」を体験していただきました。全員でのアート体験は初めてで、職員の方も利用者の方の反応に不安と楽しみがありました。今から何が始まるのかなど、好奇心いっぱいの目で迎えていただきました。プログラムが始まると、粘土を手で触ることに抵抗がある方は、職員の方に促されて、恐る恐る始めましたが、だんだんと気分が乗って、集中力も高まり、激しい線や丸を描いたりそれぞれの気持ちが作品に表れてきました。絵の具の色選びも、自分の意思で色を選び、粘土と色の混ぜ方もすべて作者のさじ加減で、それぞれの納得のいったところで作品は完成となりました。完成後、全員の作品の披露を行う鑑賞会を楽しみました。作品を玄関に飾られたご家庭もあり、ご家庭でもアートを楽しんでいただけました。

臨床美術クオリアート 代表 大池 由美様より

準備ができました、と声をかけられて部屋に入った時、それまで持っていた不安な気持ちは、何が始まるんだろう？何をやるの？と好奇心に満ちた目で迎えてくれて、す〜っと消えました。職員の方たちが、それぞれの参加者に合った声かけをしてくださったことで、制作への興味をつなげることができたと思いました。

また、粘土が苦手な参加者は、手袋をしたり、割りばしを使って粘土をまぜたり、工夫して取り組んでくれました。作品はどれも、個性あふれる仕上がりになりました。

最後に、作品を手にとって皆さんとの記念撮影では、達成感を共有できて、とてもよかった思い出がいっぱいになりました。

臨床美術の体験会を希望される方は臨床美術クオリアート 代表 大池様までご連絡をお願いいたします。☎090-6281-0677

高齢者いきいき案内所人材バンク登録者交流会『きらりんぐ』開催報告平成30年5月19日(土) 9時集合

『ノルディックウォークを体験してみよう』👉行ってききました

心配していた天候も当日の朝には、晴天となり、心地よい風の中、ノルディックウォークで新緑に包まれた栗林公園を散策してきました。

初めに、生き生きトレーニングセンター内で、指導者から準備体操とポールの使い方を習い、常連の参加者と一緒に、楽しくお話ししながら、栗林公園に向かいました。ポールを使ってのウォーキングは、いつもより自然に背中が伸びて、良い姿勢を保ち、歩幅も自然と広くなり、全身を使っての有酸素運動をしっかりと楽しみました。毎月第3土に定期開催されています。詳しくは、生き生きトレーニングセンター岡村様まで☎087-813-9755



高齢者いきいき案内所人材バンク登録者交流会『きらりんぐ』



日 時 平成30年6月15日(金) 10:00~13:00

※開催日変更しています!

集 合 場 所 綾川町滝宮公民館(綾歌郡綾川町滝宮 297-6) 研修室および調理室

内 容 「防災の基礎知識」

①防災の新常識
②防災食を作ろう

講 師 香川大学四国危機管理教育・研究・地域連携推進機構 高橋 真里 氏

対 象 者 高齢者いきいき案内所人材バンク登録者及び団体 高齢者いきいき案内所にご興味をお持ちの方

参 加 費 300円(食材費)

準 備 物 エプロン(調理をするので、気になる方はご準備ください。)

参 加 者 15名

参加締切日 平成30年6月7日(木) 厳守

お問い合わせ 香川県社会福祉協議会 地域福祉課 平池・石田

☎087(861)0546/FAX087-861-2664



編集後記

100歳まで人生が続くのが当たり前の社会となる『人生100年時代』の到来が近いと言われ、2007年生まれの子ども半数は、107歳まで生きるという研究もあります。100歳の人生を送るということは、趣味やボランティア活動などを楽しむ時間が今まで以上に長く持て、仕事も持ち続けていくことが考えられます。

そして、充実した100歳を生きるには、年齢にかかわらず、新しい知識を学ぶ意欲や挑戦が必要であると思います。新しい生き方を自分自身で切り拓いていく力を備え、長い人生を豊かに過ごすお手伝いをいきいき案内所がさせていただきます。 平池

