

台風と長雨が続き続いた秋でした。被害などなかったでしょうか。初霜・初冠雪の便りもきかれます。冬支度はお済みでしょうか。今年もインフルエンザのワクチンが不足しているとのこと。体調に十分注意して、傾聴活動をなさってください。



老いを生きるということ 講演会

講師 精神科医（老年精神医学） 竹中星郎医師

2017年10月28日（土）
岡谷市男女共同参画センター
あいとぴあ 2階研修室
参加人数 70人

会場の都合で参加人数を制限させていただきました。申し訳ありませんでした。



竹中星郎先生

講演会レポート 三宅 秀明

竹中星郎先生の「老いを生きるということ」をテーマに講演会が開催されました。台風接近の雨の中、全県から70名の参加者が集まり、熱心に聴講されました。

内容は 1. 高齢化社会の本質 から始まり 2. 「老人問題」とは老人でない者の問題 3. 精神症状から見る「老い」の課題 4. 対応のポイント 5. 「人は話したいことをたくさん持っている」と続きました。

老人問題は、老人でない者にとっての問題であり、現象と対応（保障費の増加、施設の問題）などばかりにとらわれているが、高齢者がどんな思いで生きているかが欠けている。認知症がはじまってもその人らしく生きられる社会が、高齢者社会の最も大事なことではないか？という問題認識に立ち、「盗られ妄想」の事例から老年期の「こころ」の課題を話されました。

「老年期心性」を取り巻く課題として喪失、孤独・孤立、死、適応があり、身近な人の死、生活の中での関係性の変化を受け入れることの難しさ。孤立・孤独は一人暮らしという問題ではなく世代が違う中で生きることの孤独であり、「老い」そのものが孤独である事。年を取るほど環境はめまぐるしく変化し、限られた時間でどう適応するか？そして適応できる前に自分自身がケガなどで変化してしまう事など「老い」が抱える問題を分かり易く話をされました。

対応のポイントとして

「老い」を理解し、「老い」に寄り添って、腰を据え聴くことに徹することの大切さ分かったというところまで聴くと、本人は終了となることが多い。

妄想・幻想に対して、肯定も否定もせずスルー

その場で解決しようせず、間をおく

家族で仲良くなどと、関係性を調整しようとしな

人は話したいことをたくさん持っている

人に話すことで自分を整理し、自らを理解する

よって聴き手が、話し手が話しやすい環境を作れるか？

その為には、話し手に興味を持ち、聴き手が学び理解しようとする

そのことで自分の世界も広がってゆく

自分が変わった、自分が向上する実感が持てるのが大切

とはいえ、話し手と人生観・価値観が合わない時は無理せず、バトンタッチ

最後に質問の中で、同じ話を繰り返す人、何も話さない人への対応などの質問が出ました。その中で「本人の生活の歴史を聞く」ことはとても大切である事。それはその人の人生への敬意を表すことであり、施設でケアしている人に、その人を知ってもらおう上で重要であるというお話が印象的でした。

以上のように、私たちが向合っている傾聴活動との共通点も多く、医学的な立場・経験からのお話は私たちの悩みを解決し、活動を励ますものであったと思います。

アンケートの中の「聴くことでこれからの生きるための世界が広がることは心にしみました。」という言葉にすべてが凝縮されています。

最後の質問・意見・感想では、時間が足りないほどでした。

また機会を設けて、またお話を聴きたいという希望も多かったです。



講演会「老いを生きるということ」アンケートまとめ

回答者の93%の方が良かったと回答され、また、95%の方が内容は役に立つと回答されました。医学的な立場、経験に裏付けられたお話は、多くの聴講者に対し、傾聴活動への悩みを解決し、励ますものであったと思います。

傾聴の意義を深めた

傾聴ボランティアをしているとき、迷っていることを確認できた

テクニックではなく対象の人の状況にあった中で対応してゆく→ 傾聴の方法

あらためて傾聴の大切さが分かりました。

傾聴のやり方をもう少し違ったやり方でやってみようと思う

聴くことでこれからの生きるための世界が広がることは心にしみました

傾聴ボランティアとしての心構えを確認できた。自分がどう変わったか意識してゆきたい



アンケートにお答えくださった方ありがとうございました。紙面の関係上、要約しました。時期について、次回への要望などについては役員会で十分検討いたします。

講演会運営のご協力ありがとうございました。



グループ紹介 NO. 8

小布施町傾聴ボランティアグループ

富田 房枝



小布施町傾聴ボランティアグループは、平成21年2月に長野県傾聴ボランティア養成研修終了者7人で立ち上げました。

初めは高齢者介護施設の傾聴を中心に活動していましたが徐々に個人からも希望があり、現在は施設2ヶ所と在宅での傾聴を6人に1人当たり月2回程度実施しています。

会員も徐々に増え現在13人(男1人女12人)で活動しています。

又、2ヶ月に1回ボランティアセンターで定例会を行い、訪問計画や情報交換を行っています。

今の会の課題は、傾聴ボランティアの基礎講座を実施できないため新会員の確保ができないことです。

現会員も徐々に高齢化してきていますが「楽しかった。また来てください。」の対象者さんの声を励みに続けていきたいと思っています。

PRRRR 情報をお寄せください

養成講座・スキルアップ講座・各種研修会など、会員の皆さんが参加できるものがありましたらご連絡ください。会報紙面で広くお知らせいたします。

申込期日など間に合うようにご連絡ください。

会報の発行予定は3月・7月・11月を予定しています。

連絡先は、長谷川代表あて。チラシ等同時に送付していただければありがたいです。

役員会報告

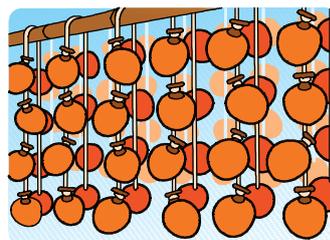
9月11日(月) 岡谷諏訪湖ハイッ

◎ 講演会実施計画

◎ 野原の歌12号について

◎ 基礎講座のあり方について

連絡協議会が基礎講座を実施する方向で検討



長野県傾聴ボランティア連絡協議会
代表 長谷川 昭 TEL FAX 0264-48-2133
携帯 09043981187
male kimama2@ot.kiso.ne.jp

会報担当 弓削淑子
TEL FAX 0266-74-1122
male yugetora@po30.lcv.ne.jp
☎ 391-0115 諏訪郡原村原山17217-2199

