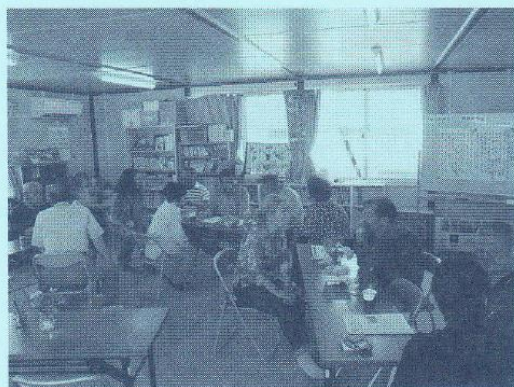


## 心を支える傾聴の力

### NPO法人仙台傾聴の会名取支部

仙台傾聴の会（以下、傾聴の会）は、平成20年4月に設立された傾聴ボランティア団体です。東日本大震災発生後も活発な傾聴活動を県内で展開し、平成25年にNPO法人格を取得しました。

「傾聴」とは、相手の話を否定せずありのままを受け止め、共感的に一生懸命聴くコミュニケーション技法で、相手の存在を認めることです。人は話を聴いてもらうことによって、心が浄化され不安感が軽減し、自律へ向かう行動に繋がります。東日本大震災後、孤独感を抱えたり心のバランスを崩す人が増えるなか、傾聴の会は、宮城県医師会からの依頼を受け、震災直後の3月22日から避難所での傾聴活動を開始。メンバーは、震災の影響で交通機関が麻痺状態でも、徒歩や自転車で避難所に出向き、傾聴活動を行ってきました。



桜団地での傾聴の様子

#### 語り合える居場所づくり

傾聴の会名取支部も同様に、震災直後から6月までの3ヶ月間、避難所に指定されている学校や、公民館、名取市文化会館などを訪ね、傾聴を行いました。現在は名取市内4ヶ所の仮設住宅集会所を中心に、傾聴活動をしています。特に仮設住宅名取箱塚桜団地（以下、桜団地）集会所では、桜団地だけの試みとして男性限定の傾聴の会を開催しています。

開始当初は、被災者の心に寄り添える会にしようと、試行錯誤の連続でした。女性が賑やかなのに対して、男性の口は重く、お菓子や飲み物にも手を伸ばさず、緊張したままの様子が続いていたのです。そんな時、ある男性からの「女性が一緒だとなかなか話せない。」という一言を機に、男性だけの傾聴の会を開催するアイデアが生まれます。メンバー

で話し合いを重ね、意を決して今年の1月に開催しました。男性ばかり10名ほどの参加者には、それまで見られなかった笑顔があふれ、会話も弾んでいました。この時、メンバーは、話すことが苦手な男性でも、この環境ならストレスの軽減や心の安定が望めると実感したといえます。



笑顔こぼれる傾聴の時間

#### 傾聴と絆

桜団地区長の太田光朗さんも、より多くの参加に繋がればと、各家を回り参加を呼びかけています。また、自治会副会長の伊藤忠美さんは、「毎月1度の開催を、心待ちにしています。震災直後の聞くに堪えない体験談も聴いてもらいました。傾聴の会の皆さんの、一生懸命な思いには感謝しかありません。」と話します。

傾聴を続けるメンバーは、「桜団地での活動は、今年6月で3年になります。現在は仮設を出た方がある一方で、取り残されたような不安や、疲弊感をつのらせている方々と、どう向き合っていけるかが、今後の課題です。」と切実な思いを話します。このため、ともに課題に取り組める仲間を増やすため、平成26年度は、名取市市民協働提案事業で傾聴ボランティア養成講座を行い、市民と繋がる傾聴の輪を広げていきます。

#### NPO法人仙台傾聴の会名取支部

〒981-1232 名取市大手町5-6-1  
名取市市民活動支援センターレターケース4  
TEL：090-4887-4560  
E-mail：moriyama-e@tulip.sannet.ne.jp