

## <志木市話し相手ボランティア「語楽の会」について>

Q. 志木市話し相手ボランティア「語楽の会」の代表をされているとのことですが、どのような団体なのでしょう。

A. 「語楽の会」は志木市で活動している、高齢者とその介護家族向けの話し相手ボランティアをやっている団体です。こうした活動をやっている団体の中には、サロン型といってお部屋を構えて数人の会員が常駐して、来る方を迎えるものもありますが、私たちの団体は、訪問型で、利用者のお宅に出向き話し相手をするものです。介護度がやや重くて思うように出歩けない方や、精神的に引きこもりがちになっている方々も対象になります。そうした方々が孤立してしまわないようにお手伝いをしているボランティアで、「話し相手宅配便」をうたっています。

Q. 具体的にはどのくらいの方々が活動しているのでしょうか？

A. 現在、会員は60名弱くらいいます。

利用者数は、すこし増減しますが、だいたい二十数件から30件くらいの個人のお客様を1名ないし2名の会員が月1回、1時間程度訪問しています。

また市内の高齢者施設、デイサービスやグループホーム、有料老人ホームなどですが、だいたい5か所くらいの施設をグループで訪問しています。

現在、設立から12年以上が経過いたしまして、今、13年目の活動にはいっているところです。

私は5期生の会員ですので、8年が過ぎて、9年目の活動ということになります。

Q. 訪問するところはどんなふうに決まっていくのですか？

A. まず、希望される方は志木市の社協に申し込みます。ご本人の場合もありますが、むしろ、ご家族やかかわっているケアマネージャさん、民生委員さん、地域包括支援センター経由でのお申し込みが多いようです。

お申し込みをいただくと、社協から我々の会に連絡があり、私たちは毎月一回定例会を開いているのですが、そこで会員に希望を募って訪問する担当者を決めていきます。

Q. 傾聴に行くといっても、いろいろ難しいことはないのでしょうか？

A. もちろん、その方その方の難しさがあると思います。私たちは、年に1回の志木市社会福祉協議会が実施している、「傾聴ボランティア養成講座」を受講して、希望者が会員になっていますが、それだけでは難しいこともあるので、年に数回、認知症についての知識や、傾聴の技術についての研修を積極的に行うようにしています。

＜実際にボランティアをお願いしたり活動したいときには＞

Q. では、実際にボランティアに来てほしい時はどうすればいいのでしょうか？

A. 申し込みの窓口は志木市社会福祉協議会に一元化していますので、社協に話し相手ボランティアに来てほしいと連絡していただければと思います。ご本人や周りの方が、話し相手に来てもらったらいいのではというときは、是非、ご連絡ください。

ホームページもあって、「語楽の会」で検索するとできます。

Q. ボランティアをやってみたいというときはどうしたらいいですか？

A. 私どもの会に入るときには、まず、年に1回実施される社会福祉協議会の養成講座を受講して終了する必要があります。まずは、養成講座に参加していただければと思います。今年度も2月ごろに実施される予定ですので、もう少しすると、「広報しき」などに掲載されると思います。

Q. 社協が背景にいてくださるのは、活動する方も依頼する方の安心ですね。

A. はい。訪問型の話し相手ボランティアについては、志木市内では私たちの会だけに社協は一元化してくださっています。どうぞ安心してご依頼ください。

＜私自身が活動を始めたきっかけ＞

Q. 元々の専門は、刑事法や情報法と伺いましたが、どうしたきっかけでそのような活動をはじめられたのでしょうか？

A. まず、まったく介護や福祉の世界に関係がなかった私が、福祉の世界に入り込んでいったのは、両親の介護でした。まず、先に母が比較的若くして倒れてしまい、父が在宅で面倒をみるといって頑張ったのですが、脳梗塞後の重い後遺症をもった母の5年にわたる介護はかなりたいへんでした。

その次に今度は父が介護が必要な状態となり、私は一人娘で看ないといけな  
いと思ったのですが、仕事をしながらの介護はやはり限界があって、在宅介護、  
そして最後は施設介護を受ける過程で、介護や福祉関係の色々なかたにお世話  
になりました。そうした中で、自分がきちんと介護の勉強をしようと思いま  
した。

最初は、当時のヘルパー2級をとって訪問介護員を始めたのですが、引き続  
き、介護福祉士、社会福祉士、精神保健福祉士とケママネジャーを順に勉強し  
てとっていきました。両親に思うようにできなかったことを社会に、他の方に、  
お返ししたいという思いもあったように思います。

**Q. とくに傾聴ボランティアについても何かきっかけがあったのでしょうか？**

A. 私が「傾聴ボランティア」というものに関心をもったきっかけは、やはり  
父の介護でした。当時父は、自分よりはずっと年下で、娘のように可愛がって  
いた母を、5年あまりの介護の末に看取りました。私も含めて周囲は、父が生  
き甲斐をなくしてがっかりしてしまうのではないかと、とても心配していま  
した。しかし、そんな周囲の心配とはうらはらに、自分が要支援の認定をされて  
訪問看護を受けるようになると、父は、若くてとても美人で、とても優しい看  
護師さんに支えられて、まるで青春をとりもどしたかのように生き生きとマイ  
ペースで暮らしていました。ところが、数年して、今度は、その看護師さんが  
いわゆる「寿退職」をすることになってしまったのです。父はとてもがっかり  
してしまいました。私もとても心配しました。しかし、運よく、その看護師だ  
ったかたが、傾聴ボランティアを始められて、今度は「傾聴ボランティア」と  
して、時折、父を訪問してくれるようになったのです。父は少し元気を取り戻  
しました。それが私が「傾聴」という言葉を知った最初です。まだ日本にそれ  
ほど傾聴ボランティアが普及していなかった頃だと思います。最初は、「話を  
聴くだけで何の役に立つんだろうか」と思っていたのですが、父が活気を取り

戻ってくる姿を見て、「お話し相手をする」ということの重要性を実感しました。そして、いつか自分も傾聴ボランティアになろうと思いました。

**Q. 実際にどんなふうに始めたのでしょうか？**

A. 私は、志木市のホームページを調べて、市の社会福祉協議会が話し相手ボランティアの養成講座をやっていることを知り、次の講習は1年近く先とのことでしたが、それでも、その講習に申し込こんで受講することができました。そして無事に講座を修了いたのですが、終了すると、志木市に「語楽の会」というボランティア団体があるので、入らないかと勧誘されて、誘われるままに会員になりました。

**<最後に皆様にお伝えしたい事>**

**Q. 最後にみなさまにひとことありますか？**

A. どのような立場で人を支えるにしても、その基礎はその思いを受けとめて共震すること、それなくしてはどのような援助も成り立たないのであろうと思います。その意味では、私自身、ここの講習や実践でつみあげてきた「聴く姿勢」こそが、一番の根本にあるのだと思います。

今後も、私自身、「よき聴き手」を目指して人の傍らに立ち続けたいと思います。そして、より多くの方に、「よき聴き手」として人の傍らに立つことの充実感、喜びといったものをぜひ、感じていただきたいと思うのです。もちろん、一人でもボランティアはできないわけではありません。でも、組織の中で仲間がいて活動することは、困ったとき、悩んだときなどの大きな助けになることでしょう。皆様と一緒に、「よき聴き手」としての活動ができたらと思いますので、ご興味のあるかたは是非、社協宛、ご一報いただけたらと思います。