

平成 30 年度「第 1 回ケアラーサポーター育成研修」開催報告 地域に学び、地域でささえる～ケアラーを孤立させないために～

【日時】平成 30 年 6 月 13 日(水)16:20～19:00

【場所】グローバル教育・学生支援棟 3 階 G-38 教室
(長崎大学文教キャンパス)

【講師】富岡 郁雄 氏

(NPO 法人日本ソーシャルコーチ協会 代表理事)

平成 30 年 6 月 13 日(水)、長崎大学文教キャンパスグローバル教育・学生支援棟にて、「第 1 回ケアラーサポーター育成研修」を開催いたしました。当日は、学内外から 98 名の参加がありました。



講義及び演習 「傾聴講座『聴す』なんと読みますか？」

昨年度開催し好評だった「傾聴スキル入門」について、富岡先生に演習を交えた講義を実施していただきました。傾聴スキルは「傾聴を意識すること」から始まり、「姿勢」「共感」「受容」「信頼」が基本となることを詳しく話されました。傾聴は感情のキャッチボールである。

姿勢「こちらが訊きたいことを聞くのではなく、相手が話したいことを聴くこと」

共感「共感によって考えが整理され、共感によって真実が語られる」

受容「評価ではなく受容されることで、相手の自尊感情が育まれる」

信頼「結果ではなく、未来を信じる。無条件に相手を信じる」

2 人組、4 人組になり、実践を交えながら話され、参加者は身をもって体験し感じて学びを深めました。傾聴のメリットを、「よい人間関係が、幸福と健康の秘訣だった」というハーバード大学の研究結果から、「話し上手は、聞き上手。聴き上手は、幸せ上手。」と述べられました。最後に、今日学んだことを、頭の片隅に入れ、友人や家族、ボランティア等日常生活に役立ててほしいと締めくくりました。



写真 1 富岡 郁雄氏



写真 2 講義の様子

参加者の半数以上が本学学生でした。みなさんの積極的な参加姿勢と、多くの笑顔が印象的な 2 時間半の講義でした。コミュニケーションの大切さ、言葉の重要さを再確認するとともに、日々の生活の中で意識して生活することで、人間関係の構築につながることを学びました。



写真 3 講義の様子

第 1 回ケアラーサポーター育成研修には、多くのみなさまにご参加いただきました。センタースタッフ一同、心よりお礼申し上げます。アンケートでは「今後の実生活で役に立つ話ばかりだった」「実践しながらの講義で、説得力があり、頭に入ってきやすかった」「考え方が 180 度変わった」「もっと多くの人に聴いてほしい」「人間関係や自分自身を見つめ直すことができた」など、感動や感謝、学びを深められたとの言葉が多く寄せられました。アンケートへご協力いただきましたみなさま、ありがとうございました。

長崎大学ダイバーシティ推進センターは、今後も引き続きケアラーサポーター育成研修を開催します。今後ますます介護の課題を抱える人が増加することが確実視されているなか、介護者が孤立することなく介護者も要介護者も共に社会参加ができるよう、地域のみなさまとも取り組んでまいります。