

# だんぼ通信



## 実施報告!

### 地域活動に役立つコミュニケーション講座 「コミュニケーションスキルを学ぶ①」



2020年8月1日(土)、平尚江先生たいらひさえによる講座が行われました。第1回目の今回は、言語を使わずアイコンタクトや相槌を打つなどの簡単な動作による傾聴技法を学びました。

コミュニケーションを取る際に視覚から入る情報はなんと55%! 表情や態度などがとても大切です。腕組みをしたり身体が横を向いたりしては、相手の心を開くことは出来ません。また、聞き方については、共感しながらも、相手の強い感情に巻き込まれないような注意が必要です。そして適度にうなづいたり、相槌を打って話を促していくと、安心感を持って会話が進み、信頼関係を築くことができます。

講座では、ストーリーチェーン(前の人の発言に自分の発言を付け足して次の人にどんどんバトンタッチしていく)で、話を真剣に聞いて覚える手法を試したり、2人一組になって自己紹介をして、うなづき方や相槌を打つタイミングを学びました。



参加者からは「ワークがとても楽しかった」「職場で活かしていきたい」「自分の話し方の癖が良く分かった」等の感想がありました。

### 第2回は10月10日(土)です



## 活動紹介

# 手芸ボランティア あいの会

「手芸ボランティア あいの会」は、みんなで楽しく活動しながら、地域貢献している団体です。寄付でいただいた布を使用して作品を制作し、福祉施設に届けたり、牛乳パック椅子を作成するなどの活動をしています。

先日、市内に住む高齢の男性より、うめさろんに次のような相談がありました。

「片づけをしていたら浴衣の反物が出てきたので、  
それでマスクを作り、お世話になっているデイサービスの施設に  
寄付したい。マスクを作ってくれるところはないだろうか？  
足りない材料(裏地・糸・ゴムなど)があれば、  
費用をお支払いします。」



手作りなら「手芸ボランティア あいの会」がお手の物！早速、「あいの会」の会員の方に連絡したところ、快く引き受けて頂くことができました。浴衣の反物を「あいの会」にお渡しし、足りない材料は購入してもらい、マスクの制作をしていただきました。

数週間後に完成したマスクは、上下が分かるように刺繍でしるしが付いていて、一枚ずつパッケージされている、心のこもったものでした。出来上がりを心待ちにされていた依頼者の男性は、受け取られた際に、その出来栄えに感心されていました。後日、依頼者の男性から感謝の電話がありました。

マスクを寄付した  
施設の方に、とても喜んで  
もらえた。あいの会の皆さんへ  
感謝の気持ちを伝えて  
ほしい！



現在「あいの会」は、楽しみながらマスクを制作し、介護施設にお届けしているそうです。

活動日時: 毎月第2・第4金曜日 10:00~16:00

活動場所: 総合福祉センター2階 ボランティア室



上下が分かるしるし



一つずつパッケージ

# うめさろん紹介—どなたでも相談できます—

前は、「利用者まるわかり分析」をお届けしましたが、いかがでしたか？

今回は、うめさろんの大切な機能のひとつでもある『相談』機能についてお伝えします。

## 市民の方 へ

★ボランティア活動に関心がある方、  
ちょっと話を聞いてみたいという  
方、どうぞお気軽にうめさろんに



お越してください。  
あなたの  
“はじめの一步”  
をお手伝いいた  
します！

## 団体の方 へ

★これから団体を作りたい方、団体  
の運営に悩んでおられる方、広報  
が苦手な方、NPO法人の設立を  
お考えの方など、活動をしている  
皆さんの悩みは様々ですね。  
もしかすると、課題解決の  
ヒントがうめさろんにある  
かもしれません。私たちと  
一緒に考えてみましょう！



## 学校・事業所等の方 へ

★地域やボランティア団体と一緒に  
何かに取り組みたいとき、地域貢  
献活動を検討中のときなど、どこ  
に相談したら良いのだろうか？そう  
思うことはありませんか？ そんな  
時こそ、うめさろんの出番です。  
思いを繋ぐ橋渡しの役割も、うめ  
さろんが得意とするところです。

## 行政の方 へ

★イベントの企画運営や市民ととも  
に新しい施策を作る時など、NP  
O・ボランティアの柔軟な発想力  
やノウハウを活用することができ  
たらいいと思いませんか？  
そんな時は、うめさろんが持つ情  
報とネットワークがお役に立てる  
かもしれません。相乗効果が期待  
できます！

## 相談員 について

★うめさろんには相談員(スタッフ)が**5人**います。シフト制につき、うめさろんにい  
るのは通常約2人ですが、それぞれの経験や得意分野が異なるので、幅広い相談  
に対応できるというのが、いいところ。

★さらに専門的なアドバイスができるコーディネーターが**6人**います。  
ふと思いついたこと、じっくり考えてみたいこと、どんな相談でも構い  
ません。まずは、お気軽にうめさろんスタッフにお声かけください！  
皆さんの活動が有意義になるよう、私たちがお手伝いいたします。



次回 10/15 号は「うめさろん紹介-情報編-」です。



# 講座スケジュール



日時	場所	講座名	講師など
9/8(火) 14:00~16:00	うめさろん	NPO法人設立説明会&相談会	行政書士 古杉昂一 うめさろん相談員
9/12(土) 14:00~16:00	いきいき情報センター 203号室	「うめさろん」防災講座 -障がい者・高齢者などの避難や避難所のあり方 および感染症対策について-	太宰府市障がい者など災害時要支援者対策協議会 森口 忠彦 太宰府市防災安全課
10/10(土) 14:00~16:30	いきいき情報センター 208号室	地域活動に役立つコミュニケーション講座 「コミュニケーションスキルを学ぶ②」	公認心理師・臨床心理士 平 尚江
10/13(火) 14:00~16:00	うめさろん	NPO法人設立説明会&相談会	行政書士 古杉昂一 うめさろん相談員
10/24(土) 14:00~16:00	いきいき情報センター 209号室	「うめさろん」防災講座 応急手当など	日本赤十字社
11/10(火) 14:00~16:00	うめさろん	NPO法人設立説明会&相談会	行政書士 古杉昂一 うめさろん相談員
11/14(土) 10:00~12:00	水城西小学校 体育館	うめさろんボランティア講座 「避難所運営」	うめさろん 防災コーディネーター 原田 保幸
11/28(土) 14:00~16:00	いきいき情報センター 209号室	「うめさろん」防災講座 内容は検討中	未 定
12/12(土) 14:00~16:30	いきいき情報センター 208号室	地域活動に役立つコミュニケーション講座 「ストレスのセルフケア①-呼吸法を中心に-」	公認心理師・臨床心理士 平 尚江

**状況によって変更になる場合があります。詳しくはホームページをご覧ください。**

申し込み・問い合わせは

太宰府市NPO・ボランティア支援センター「うめさろん」まで

太宰府市五条3丁目1番1号 いきいき情報センター 2階

平日 10:00~18:00 土曜日 12:00~18:00

(休業日 毎週日曜日、祝日、毎月最終水曜日、

8月13日~15日、12月28日~1月4日)

TEL 092-918-3633 FAX 092-918-3644

MAIL dazaifu-volusen@wish.ocn.ne.jp

H P <http://dazaifu-volusen.sakura.ne.jp/>



ホームページ



メール