

傾聴ボランティアスキルアップ事業・傾聴サロン開設

= 自殺予防対策はまちづくり対策 =

(実施期間) 平成 24～25 年度	(基金事業メニュー)
	対面型相談支援事業・人材養成事業
(実施経費) 平成 25 年度 1,588 千円	(実施主体) 青森県野辺地町
(1,588 千円)	

【事業の背景・必要性・目的】

野辺地町では、平成 21 年度から自殺予防対策をスタートしたが、当初は対策の方向性が定まらない中、試行錯誤して展開してきた。そこで、今後の対策を練り直した結果「自殺予防対策はまちづくり対策」と題し、自殺予防対策を通して、自分と相手の様子に関心を持ち、共に健やかに自分らしく安心して暮らすことができる風通しのよい町にしたいとの思いから「傾聴の理念の浸透」を掲げた。そしてポピュレーションアプローチとして、町民みんなが主役のソフト面の底上げを推進していくこととした。

その一環で、平成 22 年度～23 年度に傾聴ボランティアの養成を行い、平成 24 年度から傾聴ボランティアとして活動するに至った。ソフト面は常に磨いていないと曇る為、スキルアップ支援を充実し活動の場を拡大するなどして資質向上を推進している。

【地域の特徴・自殺者数の動向】

野辺地町は、青森県の東に位置し、産業構造は商業・農業・漁業と多方面に渡る。精神科医療機関はなく、高齢化率は 30.87% (H26.2 月青森県まとめ)。

総人口	年齢区分別人口		
	年少(0～14歳)	生産(15～64歳)	老年(65才以上)
14,292 人	1,540 人	8,281 人	4,471 人

【出典】平成 26 年 3 月 31 日 町住民基本台帳年齢別人口より

自殺による死亡者数は平成 21 7 人、平成 22 5 人、平成 23 2 人、平成 24 3 人(出典 青森県保健統計年報)と減少傾向にあるが、ここ数年は男性特に 40～60 歳代の死亡が目立っている。

【事業目標 事業内容 運営体制】

傾聴ボランティア養成講座の修了生と傾聴ボランティアのスキルアップ体制を充実し、資質と技能の向上を図る。また、傾聴サロン及び出張傾聴サロンを開催し、利用者の孤立予防やメンタルヘルス向上を支援する。これらを展開することで、人から人へ傾聴の理念の浸透が図られ、町全体への浸透を促す。

- ① 傾聴スキルアップ研修会：青森県との共催で、対象者を町の傾聴ボランティアのみならず県内の傾聴の関係者に拡大し開催。平成 24 年度県世界自殺予防デーフォーラムの講師を招き、2 回シリーズで実技中心で行った。参加者は延べ 112 人。傾聴のスキルアップのみならず参加者同士で刺激を受け、効果的な研修となった。
- ② 傾聴スキルアップ被災地研修：被災地支援を積極的に実施している NPO 法人に委託し、岩手県の東日本大震災の被災地にて研修。同内容で 3 回実施。現地の傾聴ボランティアの活動の見学や交流、復興への傾聴活動の役割等を学んだ。延べ 11 人が参加。
- ③ 傾聴サロン：傾聴ボランティアが従事。月 2 回 13:00～15:00 に開催。平成 25 年度は利用者は 42 人。ボランティアは延べ 172 人。利用者の中にはアルコール依存症治療中の方がおり、このサロンを利用することで断酒の継続が促される等の効果が出ている。
- ④ 出張傾聴サロン：町の中心部から遠方に位置する地区での高齢者の入浴事業にて、傾聴サロンを開催。

3 早期対応の中心的役割を果たす人材を養成する⑨

特に外出が少なくなる冬期間に6回実施。利用者は116人。ボランティアは延べ21人。継続して参加している人も多く、信頼関係が構築されている。



「傾聴サロン」チラシ



←傾聴サロン



←傾聴スキルアップ被災地研修

【事業の工夫点】

- ◆傾聴スキルアップ研修では、「傾聴力は人によって磨かれる」ことを促すべく、事前に講師と目的や内容を協議し、幅広い参加者同士で学びあう内容にした。2回シリーズで行うことにより、参加者がより親密になり学習効果が向上した。学んだ参加者が、県内それぞれの活動の場で成果を還元することで、地域にもよい影響をもたらすと感じる。
- ◆傾聴スキルアップ被災地研修では、体験と交流重視の研修体制とした。被災地に身を置き、ますます傾聴の必要性を感じたというボランティアが大半だった。この研修がきっかけとなり、被災地への傾聴ボランティア活動を始めた参加者もいた。委託先のNPO法人のスタッフからの学びも多かった。
- ◆傾聴サロンは、ボランティアで運営し設営など細部にわたり協議して実施。また、資質向上を狙うため、毎回ボランティア自身の記録票を記入し、活動目標を明確にした。終了後は従事者同士の分かち合いを実施。周知は広報紙への折込みの他、ボランティア個人で美容院や職場等へチラシを配布した。
- ◆出張傾聴サロンでは、その地区の自治会長を巻き込み理解を促した。地区単位の行事等にも傾聴ボランティアに声がかかり出席するなど、地域への活動の広がりが見られた。

【事業成果、今後の課題、その他特筆すべき点】

傾聴ボランティアや各種研修会の出席者は、「地域をよくしたい。自分にできることをしたい。成長したい。」という気持ちが強く、それが地域へのエネルギーとなり、これらの事業の活性化につながっている。

これらの事業は、ポピュレーションアプローチであり、息の長い取り組みが必要となる。「自殺予防対策はまちづくり対策」を推進するべく、町の理事者をはじめ町全体で取り組む姿勢を継続したい。

(問合せ先) 野辺地町役場健康づくり課

TEL : 0175-64-1770

FAX : 0175-64-8083

URL : <http://www.town.noheji.aomori.jp/>