幸手傾聴ボランティア・ピース　定例会レジメ

2023年10月度　定例会

日　時　10月16日（月）　13：30～15：30
会　場　ウェルス幸手（機能回復訓練室）
司　会　S

1. 定例会
   1）連絡事項・活動報告
   2）ピアサポート（Ñさん）

2. 今後の予定
   1） 11/20（月）健康体操（wさん）（第1会議室）
   2） 12/18（月）認知症の寸劇（S）
   3） 1/15 （月）優しいワーク（Sさん）

3. お知らせ
   1） 敬老会のボランティア9/18・・・Òさん Kさん Hさん参加
   2） 社協健康福祉祭り　11/5　午前9:00～15：00
   3） 個人宅傾聴を再開された方の久しぶりの感想
   4） 幸手駅ギャラリーにピースが健康福祉祭りで使用したポスターが12月1ヶ月間展示されます。
   5） 樹麗祭11/3（共栄大学）8：30～・・・講師　S先生（春日部ピアサポートより）
   6） 赤い羽根共同募金

◎9月度議事録
   1） 9月度定例会参加者　15名
   2） ロールプレイ　担当を島田さんにやっていただき、楽しい実のあるロールプレイが行われました。

※今月のことば　「一目でわかる傾聴ボランティア」より
◎共感的な励ましについて
「私はもう疲れました。もう何もしたくありません。」
答え・・・✕悪い例　そんなこと言わないでもっと頑張ってください。
〇よい例　よく頑張ってこられましたね
よく続けてこられ偉かったですね。
ただ単に「頑張って」という励まし方は、疲れている人や、落ち込んでいる人の気持ちを追い詰めてしまい、逆に心を閉ざしてしまうことになりかねません。
とくにうつ的な傾向がある人へ、「頑張って」という言葉は、気を付けてください。
話し手の気持ちに添いながら、「ねぎらい」の言葉で返すようにしましょう。