

市之川公民館だより

平成 30 年 4 月号
(No.532 号)
発行；市之川公民館
西条市市之川 6678-1
Tel&Fax； 56-3300

4 月 卯月 (うづき)

随分と暖かくなり、過ごしやすい季節になりました。武丈の桜も咲きはじめました。皆様にはいかがお過ごしでしょうか。ご健康にお気をつけられて、お元気にお過ごしください。

《4月の行事予定》

日	曜	行事・時刻・場所
8	日	ふるさとの集い 11:00~13:00 集会室
14	土	カラオケ会 10:00~ 集会室
28	土	カラオケ会 10:00~ 集会室
29	日	祝 昭和の日
30	月	振替休日

※ 案内板

3月15日(木)、国道11号の小川交差点の少し東の電柱に案内板が設置されました。



※ 愛媛石の会

3月17日(土)、愛媛石の会の方々が6名研修においでました。約3時間にわたって大変熱心に研修されていました。



みんなが豊かにつながるために

様々な感性や価値観をもつ人々と接する中で、相手の思いや願いを理解しようとすることや、自分の気持ちをしっかり伝えようとする事は、互いの人権を尊重する出発点であり、より良い人間関係を築く基本となります。
今回は、「傾聴」をキーワードに、コミュニケーション能力を育成する方法を考えていきます。

※ アクリルケースに輝安鉱

写真のようにアクリルケースに輝安鉱を入れて、市の教育長さん他の方に市外や県外からおいでたお客さんに配っていただいて、市之川鉱山の宣伝をしていただいています。



傾聴

コミュニケーション能力を高めるには、まずは「聴く」ことが重要です。自分の話をしっかり聴いてくれたり、共感して聴いてくれたりすると「自分は大切にされている」という気持ちが生れます。

「傾聴」の基本姿勢

「傾聴」＝「相手の話にじっくりと耳を傾ける」という話の聞き方です。そして、その基本姿勢は、次の3ポイントです。

- ① ひたすら相手の話を「聴く」こと
- ② 話をただ「聞く」のではなく、注意を払って「聴く」こと
- ③ 話に「共感」し、それをありのまま認め（「受容」）、うなづくこと
では、具体的に実践できそうなポイントを紹介してみます。

傾聴のポイント

- ① 傾聴においては、相手が主役
イメージ的には、相手の話を聞くが七、自分が話す三ぐらいの配分です。
- ② 自分の話はあまりしない
自分の話をしては、相手の話す時間を取ることになるので、自分について聞かれたら、答える程度にします。
- ③ 相手の話を遮らない
相手が話し終えるまでは、どんなに話したくなっても我慢します。
- ④ 相手に助言(アドバイス)をしない、お説教をしない、自分の考えを押しつけない
相手が心のうちに抱え込んでしまった思いや考えを、上手に誘導して話してもらうことです。
- ⑤ あいづちは「相手に伝えるため」に打つ
相手に「聞いてもらっている」と思ってもらうためのリアクションが大切です。
- ⑥ 「オウム返し」の技法を用いる
的確に、相手の方が言われた言葉をそっくりそのまま繰り返すと、「わかってもらえている」と感じてもらえます。

「傾聴」は、「自分の人権のみならず他の人の人権についても正しく理解し、その権利の行使に伴う責任自覚して、人権を相互に尊重し合うこと」という人権尊重の理念に立つことになり、部落問題をはじめとする様々な人権問題の解決につながっていきます。
自分にできることから実践して、人権文化の根付いた明るく住みよい西条市を実現していきましょう。

西条市人権教育協議会 西条市教育委員会

文芸欄

○ 今年も 忘れじ開く 花香り
○ 老骨も ころびて吾の 歳を知る
○ 友を見て 幼き頃の 想い出を
○ ガタンゴト ガテンゴトと 市之川
○ 石鎚の 岩肌見えて 彼岸入り
○ 菜種梅雨 隙間をぬひて 墓掃除

知 知 知
知 知 知
館 館 館
長 長 長

