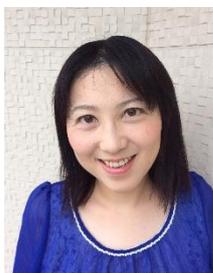


<レポート>



地方創生のコアとしての「傾聴ボランティア養成講座」  
～福島の問題ニーズに応える取り組みの事例として～

桜の聖母短期大学准教授  
桜の聖母生涯学習センター長  
三瓶千香子

## 1. 地方創生における福島問題と大学

「福島の問題は絡みにくいんですよ。」

福島県出身の社会学者である開沼博が著した『はじめての福島学』は、この一言から始まっている。開沼は「福島問題への絡みにくさ」といった壁の正体を、①福島問題の政治化、②福島問題のステレオタイプおよびスティグマ化、③福島問題の科学化としてまとめている。①に関しては、原発や放射線、福島の安全性そのものなど「対立化しやすく、溝を埋めることも困難な性質」を政治対立に使われてしまっていること<sup>1</sup>、②に関しては、福島の問題ステレオタイプは「避難・賠償・除染・原発・放射線・子どもたち」の 6 点セットであり<sup>2</sup>、こればかり繰り返されていることでさらに負の烙印が押され、また常に更新されている他の問題が看過されかねないことを指摘している。そして③に関しては、放射能問題を主として「科学的に高度過ぎてわからない」ことが福島の問題を絡みにくくしているのだという<sup>3</sup>。しかし、筆者をはじめ福島県に住む者にとっては、上記 6 点セットの問題をはじめ、人口流出、雇用、医療・福祉、教育、情報、コミュニティの再構築など多様な「絡みにくい問題」は日常の一部であり、「絡みにくい」といって放棄できるものではない。自らの問題として直視し、内包し、共存していかなければならないものである。地域課題との共存とは、それらを傍観するのではなく、自らのできる部分から関わり、その問題や課題そのものを把握し、その課題の背景に存在するものを少しずつ理解し、解決するための行動を起こすことだと捉えたい。このような共存は、個人レベルでも集団レベルでも可能であろう。

筆者は本機構『UEJ ジャーナル』第 8 号(2012 年 10 月)に、「傾聴ボランティアを福島『福幸』につなぐ」という実践レポートを寄稿した<sup>4</sup>。これは、福島県福島市の桜の聖母生涯学習センターが震災後、特に地域から必要とされていた心のケアに対して展開した「傾聴ボ

ランティア養成講座」について、講座設置の背景と経緯、講座内容、講師選定の理由、回数決定の理由、参加者の男女比、年齢層、住居区割合などを紹介した上で、地域ニーズに応える開放講座の意味を考察したものである。本稿では、「傾聴ボランティア養成講座」がその後どのような展開を見せたのかを紹介しながら、地方創生と福島の問題の観点から述べていきたい。

周知のように、第二次安倍内閣の主要な政策の一つ「地方創生」の理念キーワードは「まち・ひと・しごと」の創生である。2014 年 11 月「まち・ひと・しごと創生法」公布・施行され、続いて同年 12 月「まち・ひと・しごと創生長期ビジョン」と「まち・ひと・しごと創生総合戦略」が閣議決定され、将来の方向性と実現のための目標・施策などが提示された。人口減少と地域経済縮小といった負のスパイラルに陥るリスクをいかに軽減していくかという基本的な考え方を基盤にしているが、本稿のテーマにとって着目したいのは、地域と地域が連携しながら「地域の特性に即して地域課題を解決」し、「まち・ひと・仕事の創生と好循環の確立」を目指す点である<sup>5</sup>。地方創生においては、まずその主体である地域コミュニティの活性そして地域コミュニティを支える人材の活躍が本質的根幹だからである。

このような政策のもとで、大学は地域社会における役割を一層強く認識しなくてはならない。2005 年の中教審答申では大学の生涯学習機能や地域社会との連携により、教育・研究に次ぐ第三の機能すなわち社会貢献機能が提唱され<sup>6</sup>、2006 年の改正教育基本法でも、第 7 条にも大学が創造した新たな知見や成果を広く社会に提供し、社会の発展に寄与することが求められる文言が新設され<sup>7</sup>、さらに 2012 年に発表された「大学改革実行プラン」では、地域再生にむけて、大学の「センター・オブ・コミュニティ(COC)」機能の強化が掲げられた。この一連の新しい大学機能が求められる動きの途中で、東日本大震災が見舞われ、地方創生政策が打ち出されたことは、大学が地域の「知の拠点」として、地域の再生、復興、創造にいかに関与すべきかを問われていることは想像に難くない。

## 2. 地域ニーズに応える「傾聴ボランティア養成講座」の誕生

桜の聖母生涯学習センター(以下、センター)が「傾聴ボランティア養成講座」の企画に着手したのは、COC 機能も地方創生政策が掲げられる以前の 2011 年 6 月である<sup>8</sup>。そもそも教育機関は、人に知識を与え育む使命がある。生涯学習の原理原則は、自律的学習あるいは自己管理的学習 (self-directed learning) であり、学習者が自ら目的を認識・設置し、他者に強制や干渉されることなく、日々の学習計画や内容も自らの意志で行う点にある。よってセンターが開放している諸講座も、受講生が何を学ぶか、何に生かすかなどは自由で

ある。しかし、「傾聴ボランティア養成講座」は他の開放講座と趣旨が異なり、傾聴スキルを修得したボランティアという人材を体系的なプログラムによって育てて地域に輩出し、地域課題の解決へ少しでも繋いでいくという意図が強く働いている講座である。

震災後の福島は、容易には解決できず「絡みづらい問題」が残されていることは冒頭の通りである。その中で後手に回っているのが、震災関連死の問題である。2015 年 12 月 28 日現在の福島県発表によれば、福島県の震災関連死の死者数は 2,007 人に上っているという<sup>9</sup>。復興庁による調査発表では 2015 年 9 月 30 日現在の福島県の震災関連死の死者数は 1,979 人であったが、そのうち 66 歳以上の高齢者は 90%の 1,782 人も占めている。また前回調査 (2015 年 3 月 31 日現在) と比較すると 65 人も増加しており、この増加数は調査対象自治体の中で福島県が突出している<sup>10</sup>。仮設住宅といった新たなコミュニティにおける適応疲弊、復興公営住宅における孤立化など、長引く避難生活によるストレスは、気分障害、体力低下や心疾患を招き<sup>11</sup>、高齢者にとってそれはどれだけ致命的なことかということを上の数値は表している。

河合隼雄が「カウンセリング場面において、クライアントが純粹に自分の欠点をさらけ出し、しかも、それを踏台として立ち上ってゆくのをみると、このようなことを、カウンセリング場面に限定することなく、あらゆる人間関係にあてはめてゆけば、もっと人々の人生が豊かなものになり、おのおのの人の人格発展に寄与できるのではないか」と書いていたが<sup>12</sup>、当センターが意図することは、臨床心理士の専門領域である精神療法ではなく、相手に耳と心を開き、共感的に受容し情動中心型コーピング活動<sup>13</sup>へ少しでも寄与することである。それによって傾聴される側が前向きに物事を捉えたり、不安や心身の不具合の解消へつなげられるようになり、それは傾聴される側に限らず、傾聴する側にも自己対峙するような変容機会を与え、人間関係や地域の潜在的な課題の理解と解消へつなげていけるようになることが、本講座の目指しているところである。

このような福島の状況の中で、センターが取り組んだものが傾聴ボランティアの養成である。センターのパンフレットでは、この講座を以下のように案内している。

今、求められていることは、心からのひそかな叫びに耳を傾けて聴いてくれる人ではないでしょうか。傾聴できる基礎を学び、更にその技能と心を磨き、研修認定証を出します。

本講座の特徴は、講座回数 (全 5 回×3 時間) と体系的カリキュラムにある。本講座に類似する講習会・研修会は、一般的に全 1 回～3 回の集中講義である。精神医や臨床心理士レベルまでではないが、地域の人々の心をケアすることに軸足を置き、人にとって想いを吐

き出すことがなぜ大切か、受容されることがなぜ必要か、福島という地に立ってボランティアをする意味は何かなどを学びつつ、一つ一つのスキルに意味づけし、そして実際に似せたロールプレイを行うなど充実した講座展開には、15 時間ほどの学習時間が必要になると判断したからである。「傾聴ボランティアのためのアフターケアコース」(全3回×2時間)とは、実際の傾聴ボランティア活動によって得られた体験、情報、感情をボランティア同士で分かち合う機会として位置づけられているものである。高齢者や仮設住宅の避難者にボランティア受け入れを拒否されたり、想定外の問いかけをされるなど、講座やロールプレイで学んだこととの相違によって、実際の活動というものは戸惑う場合が少なくない。アフターケアコースは、こうした実践活動を通じた気づきの共有を行い、さらに実践者のスキルアップと精神的安定を狙うものであった。

以下は、2012 年度から 2014 年度までの 3 年間の本講座受講生数であるが、30 名定員の講座に 90 名以上の申し込みが殺到し、秋に講座を急ぎよ企画するほどになった 2012 年度の数をみれば、いかに福島県において人に寄り添うことが必要とされているかが分かる。

<「傾聴ボランティア養成講座」2012 年度から 2014 年度までの受講生数の推移><sup>14</sup>

2012 年度		受講生数	認定者数	認定者率
	傾聴ボランティア養成講座	91	65	71.4%
	傾聴ボランティア養成講座 秋	25	15	60.0%
	傾聴ボランティアアフターケアコース	63	-	-
	計	179	80	(平均) 65.7%
2013 年度		受講生数	認定者数	認定者率
	傾聴ボランティア養成講座	60	38	63.3%
	傾聴ボランティアアフターケアコース 春	43	-	-
	傾聴ボランティア養成講座 秋	30	22	73.3%
	傾聴ボランティアアフターケアコース 秋	31	-	-
	計	164	60	(平均) 68.3%
2014 年度		受講生数	認定者数	認定者率
	傾聴ボランティア養成講座	31	22	70.9%
	計	31	22	(平均) 70.9%
	3 年間合計	374	162	(3 年平均) 68.8%

※2012 年度・2013 年度の受講料は無料。2014 年度の受講料は 5000 円(全 5 回)。

※認定証は希望者のみ (認定料は 3,150 円)。全 5 回の講座のうち 4 回出席で認定。

### 3. 「人」と「地」のネットワークの構築

哲学者の鷺田清一は、「独立」と「自立」は根本的に異なることであると述べている。前者は、インディペンデンス(independence=非依存)であり、いわゆる誰にも頼らないで自分の脚で立つことを意味し、後者は、いざという時にいつでも相互支援のネットワークを使える用意ができていうことであり、それはインターディペンデンス(interdependence=相互依存)の仕組みがいつでも使えるということであり、私たちが多様な場で多様な他者と共に生きるためには前者はありえず、もう一度後者の在り方を振り返るべきだという<sup>15</sup>。それは相互依存のネットワークの機能が劣化し、提供されるサービス・システムにぶら下がり「おまかせ」ばかりで、自分たちで力を合わせてそれを担う力量を失っているからだ指摘している<sup>16</sup>。

この指摘は、これから地方を創生し活性化していく上でも重要な視点であるが、生涯学習の開放講座でも通じるものではないか。年間 200 講座近くを企画する筆者は、かねてから生涯学習における開放講座の最終ゴールの一つに、学習者のネットワーク構築を位置づけている。何かを学びたいために講座へ通い、新たな知識を得て、学びがいや生きがいを見つけることが生涯学習だと捉えられることが多いが、それでは学習者は受動的な学習の域を抜け出していない。それは、講座に行けば講師から得られるという伝統的教育の形式つまり知識伝授型であると思うからである。上記の鷺田の言葉を借りて言い換えれば、「開放講座と講師のサービスに『おまかせ』になる。その域を超越し、ある講座に集まった学習者同士で会話が多くなり、仲間になり、最終的にはその講座がなくても、あるいはその講座に頼らなくても学習を続けられるようなネットワークを構築こそが理想形の一つだと感じている。

では、「傾聴ボランティア養成講座」はどうなったのか。この講座を 3 か年続けていくうちに「傾聴ボランティアさくら」という組織が自発的に誕生した。これは、本講座を受講し、実際に地域において傾聴ボランティア活動をしたい者が集まり、自然発生的に作り上げたネットワークである。2014 年 4 月 26 日の総会では、会員 83 名で立ち上げることを正式に承認され、事務局も設置し、機関誌も定期的に発行している<sup>17</sup>。高齢福祉施設、仮設住宅、グループホームなど 8 か所以上へ定期的に訪問しボランティア活動をしつつ<sup>18</sup>、月 2 回は学内にて会員が集い、情報を分かち合う機会を設けている。傾聴ボランティアの実践を通して得た成功体験、喜びにつながる言葉、戸惑いとの遭遇、持ち続けている不安などを

共に話す拠点を自ら創出し、相互支援のネットワークを築いているのである。また 2015 年 11 月には「傾聴ボランティアシンポジウム」を自主企画し、100 名近くの聴講生を集め、傾聴ボランティアは地域においていかに必要とされているか、このボランティアを通していかに実践者自身が変容したかなどのメッセージを伝えている。本講座の本来の目的は、ボランティアを育て地域に輩出していくことであるが、まさしく基本的な講座から人材が育ち、地域に学びを還元している動きが出てきたと言えよう。

地方創生の深化に向けて推進すべき施策の中に、「地域と地域の連携」も掲げられている。その地方あるいは地域の課題に対する解決を促進するために地域同士の連携が重要であることは、改めて説明する必要はないだろう。心のケアが必要なのは、当センターが存在する福島県中通り地域ばかりではない。前述した関連死の死者数でも推し測ることができるように、福島県全体が震災後の避難生活や産業の風評被害などをはじめとして、ストレスに覆われている。

「傾聴ボランティア養成講座」は、2014 年に福祉や心のケアといった生活復興の観点から福島県会津若松市からもこの講座の展開を要請されるまでに至った。2014 年 11 月には、「社会福祉法人会津若松市福祉協議会およびあいづ小さな風の会と連携事業に関する協定」を締結し<sup>19</sup>、翌年 2015 年 4 月から 11 月まで、基礎講座(全 5 回)およびアフターケアコース(全 3 回)の計 8 回、1 か月に 1 回の頻度で開講した。ロールプレイや傾聴実践研修を含むカリキュラム内容、講座回数、講師などいずれも当センターでこれまで行ったものと全く同じであるが、「地域と地域の連携」「機関と機関の連携」という形をとるまでに進化したと言えよう。今回の会津における展開は、当センターが講座企画、運営支援や助言、講師との連絡など全体的なコーディネーターの役割を担い、会場の手配や周知案内、ボランティア実践先の開拓を会津若松市福祉協議会が担当し、実際のボランティア活動の牽引役は「あいづ小さな風の会」が行い、三位一体になって会津における心のケア活動を推進しようとするものであった。参加者数は計 35 名(男性 3 名、女性 32 名)であった。また社会福祉協議会が 4 月の第 1 講目で実施したアンケート(回収率 89%)によると、参加者内訳は 30 歳未満が 0%、30-39 歳が 6%、40-49 歳が 3%、50-59 歳が 19%、60-69 歳が 55%、70 歳以上が 16%であり、50 歳以上が 80%を占め、シニア世代の地域貢献活動への意識の高さがうかがえる。

#### 4. 「孤立貧」感を払拭する地域づくり

地域づくりというのは、ジグソーパズルに似ていると筆者はかねがね思っている。地域にはパズルの凹凸のような独自の特徴や文化、人材や課題がある。それら「あるもの探し」

をしながら、人と人、人と課題、諸機関と人などをつなぐ場や機会を設ければ、おのずと何らかの変化が起きる。その変化は、化学反応と表現してもよい。なぜ変化が起きるかと言えば、それは人と人の会話が必ずそこにあるからであろう。一方通行ではない雑談や会話が、何らかの発見や行動の変容をもたらす対話と昇華し、そこから紐帯が築かれていくのではないだろうか。「傾聴するよう努力する私ができ、一回り、人間として大きくなった気がします」「気づきから変化し、最後は希望に変わりました」「また月に一度集合し、多くのことを学び続けたい」といった会津の傾聴ボランティア養成講座の受講生の声は、まさしくこれを示しているものではないだろうか。

スタンフォード大学の心理学者ケリー・マクゴニガルは、自身の著書の中でロチェスター大学において開発された医療従事者の燃え尽き症候群軽減プログラムの紹介を通し、傾聴やストレスについて語り合う方法の重要性を示しているが<sup>20</sup>、筆者がこのプログラム結果において最も注目した点は、ストレスを感じても以前のように孤独だと思わなくなった点である。これは、今後の地方創生を考える上で重要なキーワードではないだろうか。前出の鷲田も、共同防貧の仕組みがまだ残っていた昭和 6 年ですら柳田國男が『明治大正史・世相篇』の中で「説くにも忍びざる孤立感」を見て取っていたことを紹介した上で、地縁ネットワークやインターディペンデンスといった相互依存の仕組みが弱体化している今日こそ、「孤立貧」に曝されているのではないかと指摘している<sup>21</sup>。物理的に経済的に豊かであっても、人々が精神的に「孤立貧」感を抱くようであるならば、その地域の活性化は難しい。だからこそ今日求められていることは、個と個、個と場、個と活動、機関と機関などの協働や連携を通じて「孤立貧」感を払しょくさせ、その地域独自のソーシャル・キャピタル(社会関係資本)の特徴をさらに向上させていくことではないだろうか。

当センターの「傾聴ボランティア養成講座」という取り組みは、地域における知の拠点としての人材育成、「傾聴ボランティアさくら」の組織化そして会津への講座モデルの提供と、個人レベルから地域レベルまでのネットワークのコアになっている。2016 年の春からは、「傾聴ボランティアさくら」会員が新規受講生の講師となり、教える側になる。学習をいかに地域へ活用するかということが生涯学習社会構築のための次のフェーズ課題となっているが、「元受講生」を「講師」にさせるという仕組みは学習活用課題の一つである。被災地福島県が抱える課題地域の解決へ寄与するには、活動テーマのコアを設定し、その中心軸を強靱にしながら“学びの循環”をいかにさせていくかが今後の鍵になると思われる。地域を活性化させ生涯学習社会の充実につなげるには、これは不可欠な視点であることを述べ、本稿を締めたい。

- 1 開沼 博『はじめての福島学』イースト・プレス、2015 年、6 頁。
- 2 同上書、9 頁。
- 3 同上書、12 頁。
  - 4 三瓶千香子「傾聴ボランティアを福島『福幸』につなぐ A Trial to Connect Voluntary Peer Counselors to the Revitalization in Fukushima」(特定非営利活動法人 全日本大学開放推進機構ホームページ [http://www.uejp.jp/pdf/journal/08/8\\_02sanpei.pdf](http://www.uejp.jp/pdf/journal/08/8_02sanpei.pdf))
- 5 「まち・ひと・しごと創生総合戦略(2015 改訂版)全体像」  
<http://www.kantei.go.jp/jp/singi/sousei/info/pdf/h27-12-24-siryoul.pdf>(「まち・ひと・しごと創生本部」ホームページ 最終閲覧 2016 年 1 月 10 日)
- 6 中央教育審議会答申『我が国の高等教育の将来像』(2005 年 1 月 28 日)。
- 7 改正教育基本法 「第 7 条 大学は、学術の中心として、高い教養と専門的能力を培うとともに、深く真理を探究して新たな知見を創造し、これらの成果を広く社会に提供することにより、社会の発展に寄与するものとする。」
- 8 詳細に関しては、本機構ジャーナルへの拙稿 (2012) を参考にされたい。
- 9 『福島民報』12 月 26 日付(1 面、27 面)
- 10 復興庁「東日本大震災における震災関連死の死者数(平成 27 年 9 月 30 日現在調査結果)」([http://www.reconstruction.go.jp/topics/main-cat2/sub-cat2-6/20151225\\_kanrenshi.pdf](http://www.reconstruction.go.jp/topics/main-cat2/sub-cat2-6/20151225_kanrenshi.pdf) 最終閲覧 2016 年 1 月 10 日)。調査対象自治体は、岩手県、宮城県、山形県、福島県、茨城県、埼玉県、千葉県、東京都、神奈川県、長野県の 1 都 9 県であるが、前回調査の差があったのは、福島県の 68 人増以外には岩手県(3 人増)、宮城県(8 人増)のみである。
- 11 「ストレス」を概念化し世界へ広めたカナダの生理学者ハンス・セリエ(Selye, H.)は、身体に害を与えるストレスを「ディストレス」と提唱したが、ストレスと関連が強いとされている「ディストレス関連疾患」は狭心症、高血圧、脳卒中からがん、糖尿病やアレルギーまで多岐に渡る。また、『ふくしま心のケアセンター3 年間の活動記録』(福島県精神保健福祉協会ふくしま心のケアセンター発行)によれば、相談の内容として、3 年間の合計で 1 番多かったのは「身体症状」に関するものである。年度別でみると、2012 年度 1,413 人(18.7%)、2013 年度 1,661 人(22.3%)、2014 年度 1,826 人(20.3%)計 4,900 件で、高い水準で推移していることが分かる。相談内容の第 2 位が「気分・情動に関する症状」、第 3 位「睡眠の問題」、第 4 位に「不安症状」となっている。震災から時間が経過するにつれて「症状なし」の割合が増加傾向にありつつも、いまだに精神的課題は長期化、深刻化していることが分かる。  
([http://kokoro-fukushima.org/activityreport/ja\\_activityreportfor3years/](http://kokoro-fukushima.org/activityreport/ja_activityreportfor3years/) 最終閲覧 2016 年 1 月 10 日)
- 12 河合隼雄『カウンセリングと人間性』創元社、1988 年、5-6 頁。
- 13 **emotin-focused coping** といわれるもので、状況に対しその人の捉え方を変化させること。これに対して、その人と環境の関係を変化させストレスの軽減を目指すことに問題中心型コーピング(**problem-focused coping**)がある。
- 14 三瓶千香子「地域の未来を創る『福島復興講座』と『傾聴ボランティア養成講座』  
～桜の聖母生涯学習センター3 年間 (2012 年度～2104 年度) の取り組み～」『桜の聖母短期大学人間学研究所所報 2014 第 20 号』(2015 年 3 月)、12 頁より転載。
- 15 鷺田清一『しんがりの思想ー反リーダーシップ論』角川新書、2015 年、32-33 頁。
- 16 同上書、48 頁。
- 17 『桜の聖母傾聴ボランティアさくら“たより”』第 3 号、桜の聖母傾聴ボランティアさくら、2014 年 10 月 31 日発行。
- 18 代表的な訪問先としては、社会福祉法人「なごみの郷」、医療法人「生愛会」、社会福祉法人「とやの福祉会」、グループホーム「もとうち」、浪江町「宮代仮設住宅」など(いずれも福島市内)。なお、2014 年 10 月には、会員 6～7 名による「さくら手芸部」が「傾聴ボランティアさくら」内に組織され、作品はバザーなどに出品されている。

- 
- 19 2014 年 11 月 26 日に会津若松市にて「桜の聖母短期大学、社会福祉法人会津若松市福祉協議会、あいづ小さな風の会との連携事業に関する協定」の締結式が行われ、本学からは遠藤静子学長が署名を行った。「あいづ小さな風の会」とは、会津市民の有志で組織された電話で行う傾聴ボランティア団体である。
- 20 ケリー・マクゴニガル『スタンフォードのストレスを力に変える教科書』大和書房、2015 年、148-155 頁。
- 21 鷲田、前掲書、27-33 頁。

#### 参考文献

- 今野雅裕「地方創生と教育の動向」『社会教育——地方創生と教育』2015 年 12 月号、日本青年館、2015 年。
- 出相泰裕編著『大学開放論——センター・オブ・コミュニティ(COC)としての大学』大学教育出版、2014 年。
- 牧野 篤『シニア世代の学びと社会——大学がしかける知の循環』勁草書房、2009 年。
- 村井俊哉・森本恵子・石井恵子編著『メンタルヘルスを学ぶ——精神医学・内科学・心理学の視点から』ミネルヴァ書房、2015 年。

---

#### 三瓶 千香子 (さんぺい・ちかこ)

1974 年福島県(郡山市)生。上智大学大学院文学研究科教育学専攻博士課程前期修了。桜の聖母短期大学生涯学習センター研究員として、開放講座の企画・運営を担当。現在、同短大キャリア教養学科准教授、生涯学習センター長。南相馬市市民リーダー養成講座の講師として市民リーダーの育成支援、震災後は、同大の「福島学」の一環として、南相馬市内の高校生と同短大学生との「高大連携」による地域の復興の取組みを支援している。福島県生涯学習審議会委員、南相馬市教育振興基本計画策定会議の有識者委員、第 8 期中央教育審議会生涯学習分科会学習成果活用部会専門委員、NPO 法人全日本大学開放推進機構会員。