

坂野

さかの・むつみ

睦実

さん

《心配ごと相談所》

【来所相談】

千歳市社会福祉協議会（東雲町1丁目11）

・毎週(火)水 / 13時～16時

・第2・4(木) / 18時30分～20時30分

【電話相談】 ☎(27)2882

※来所相談と同じ時間帯

7月から、千歳市家庭生活カウンセラークラブ主催の3級研修講座を開催予定。詳しくは、坂野さん(☎FAX(25)3721)まで

プロフィール

■坂野 睦実(さかの むつみ)さん/春日町在住/会社勤務/平成11年から家庭生活カウンセラーの養成講座を受講し始め、3級の認定証授与と同時に《千歳市家庭生活カウンセラークラブ》に入会/23年からクラブの代表を務める/1級認定証保持者

千歳市社会福祉協議会(社協)が、昭和53年から開設してきた《心配ごと相談所》は、今年5月1日にリニューアルオープンしました。

これまでの社協の職員から《千歳市家庭生活カウンセラークラブ》へ担当のバトンが渡され、日中に加え、夜間も相談できるようになりました。平成7年に設立し、総勢97人(4月1日現在)の会員で構成される同クラブ。その代表を務める坂野さんに話を聞きました。

●家庭生活カウンセラークラブとはどのような団体ですか？

「クラブは、(公社)北海道家庭生活総合カウンセリングセンターの法人認定資格である《家庭生活カウンセラー》の1級から3級までの研修講座修了者で構成する団体で、会員相互の情報交換や研修活動により、市の福祉に寄与

することを目的としています。

市内での研修講座(2級・3級の開講のほか、ボランティア活動として、週2回の日中と月2回の夜間に《心の電話相談》を開設。年間約200件の相談対応を行ってきました。」

●新たな《心配ごと相談所》という来所相談に、難しさを感じますか？

「電話だから話せる相談がある一方で、相手の表情やしぐさ、雰囲気を感じてこそできる相談対応があると思います。電話でも、来所でも、家庭生活の心配ごとや悩みに応じる会員の思いは同じですので、「今回のことで、活動の枠が広がった」と感謝しています。高齢などの理由でクラブから離れた先輩方は、電話だけではなく《面談の場》を持たせたことを飲んでくれていると思いますし、私たちも先輩の志をかなげることができたと思っています。」

新しい《心配ごと相談所》の担い手として 「悩む方の心の整理に向き合いながら、私自身も成長したい」

●カウンセラーになった個人的なきっかけや、活動に寄せる思いは？

「誰もも人生に1度は、理不尽な事故・事件に遭うと思います。私も、親や友だちに言えないことで、怒りに似た感情でいっぱいになった時期がありました。負のエネルギーは体をも蝕(むしば)むものですよね。「この感情をどうしたら、自分を救えるだろう」そんなことを考えていたとき、広報ちとせで《家庭生活カウンセラー養成講座受講者募集》の記事に出会ったのです。

受講を重ねることで、自分の気持ちを見つめ、私という人間を客観的に知ることができるようになりました。今ではカウンセラーとしての活動をライフワークとしています。自分自身は「自分を知らずの勉強」だったと思います。自分を受け入れることができず、他者を受け入れることはできま

せん。今でも、悩む方の《心の整理》に向き合いながら、私自身も成長したいと願っています。」

●市民の皆さんへ一言

「人は自ら立ち上がる力を持っています。《相談》ということに敷居を高く感じずに、気軽にいらしてください。私たちは、あなたの声に耳を傾けます。」



「今日は良い対応ができたと思えたことは一度もありません」という坂野さん。また、「相手と同じ立ち位置にあることを一番に重んじます」とも話します。普段は会社員を務めながら、カウンセリングを通じ、自身の成長を追い求める姿勢にこそ、心配ごとを抱える方が望む、本来的な《傾聴》の姿があるのかもしれない。