

～ 四 国 は ひ と つ ～

For You Square

一般社団法人日本産業カウンセラー協会 四国支部 **広報誌** 2019年
3月号



「心の健康フェスタ in かがわ」2月17日（日）

<目次>

各部報告	2～3
カフェ便り	4
ローカルニュース	4



各部報告

養成講座部

実技指導者研修に参加して

養成講座部(愛媛)越智 清子

少しずつ春の訪れを肌で感じる 2 月 23 日(土)、24 日(日)の 2 日間、産業カウンセラー養成講座の実技指導者研修に参加しました。研修の回を重ねるごとに実技指導者としての研鑽はもちろんですが、同じ志を持つ先輩や仲間との信頼関係の深まりに安心感を抱きます。研修では役割を意識した面接の体験学習を行うことで実技指導者としてどのように関わるのか、そして自分の課題を認識することができ目標を設定することができました。

5 月からスタートする e-Learning 制について、昨年改定された倫理綱領、そして実技指導者として心がけること等、ポイントを押さえながら確認することができました。一人では気づかないところや不安なところもグループワークをする中で解決されたり、気づきが深まり学びに繋がったと実感しています。自分が今できることを一つ一つ丁寧に言いながら、自己研鑽をしていきたいと意欲が高まった実りのある 2 日間になりました。

事業推進部

「心の健康フェスタ in えひめ」開催

愛媛事務所 富山 義之

1 月 19 日(土)に「心の健康フェスタ in えひめ」を支部研修室で開催しました。一般の方 35 人のご参加をいただき、協会員 19 人の協力を得て 54 人で開催いたしました。

第一部の講演は、一般財団法人新居浜精神衛生研究所附属豊岡台病院院長、枝廣篤昌様による「笑いのチカラ」と題した講演からスタートしました。社会人落語家として全国1位の経験のある枝廣先生。会場に準備した高座に、真っ赤な着物のいでたちで、出囃子とともに登場。前半は落語で会場を笑いに巻き込み、後半はメンタルヘルスに活かす「笑いのチカラ」のご講演をいただきました。アンケートでも 9 割の方が「大変良かった」と評価していただきました。

第二部は、ゲートキーパー研修、引き続き JAICO 聴き方教室、カウンセリングルームでは無料カウンセリングや企業相談を実施。聴き方教室には 10 人の方の参加を得ました。第二部も高い評価をいただきました。「笑い」という側面から健康を考えることができた有意義な時間となりました。



「心の健康フェスタ in かがわ」開催

香川事務所長 田尾 厚子

2 月 17 日(日)香川産業頭脳化センタービル 2 階一般研修室等において「心の健康フェスタ in かがわ」と題し、公開講座を開催しました。

第一部は二宮祐子氏による講演「若者の発達障がいへの理解とキャリア支援」の題で、高校の教育現場での実践的な取り組みの紹介や、参加者同志の情報交換もされ、熱気のある講座となりました。会場は満席の 108 人の参加者で埋め尽くされました。

第二部の「JAICO 聴き方教室」には 38 人が参加し、養成講座実技指導者とともに傾聴体験ができました。明るい雰囲気の中で、傾聴についての説明や体験で、賑わいました。並行して専門研修室、121 会議室での相談コーナーでは 18 人の方々が相談に訪れ、癒された心の通い合いが感じられました。

「心の健康フェスタ in かがわ」も 8 年目、日本産業カウンセラー協会のさらなる認知度向上、活性化と今後の発展を願い目指して、会員、スタッフ一同で自分たちの中から浮かび上がる思いや工夫を大切に、成長を感じながら心をあわせ作りあげたフェスタでした。香川の仲間の心の絆がしっかりと強くなったとの手ごたえを感じ、協会を支えてくださる手と心に感謝の気持ちに満たされています。フェスタを作りあげて下さったスタッフの皆様、声をかけ合い、集って下さった会員の皆様、ありがとうございます。



会員研修部

2月11日に四国支部で開催

『出会い』から学ぶ～EGファースト研修に参加 (愛媛)菊池 貴子

「今日の私はミニーです。」ペンネームでの挨拶から始まった研修は、『出会い』そのものでした。

エンカウンター・グループとは何かという意味との出会い、また構成的・半構成的・非構成的という3タイプのグループ体験の中で、参加された人達との出会いや、その場・その時で正直になった自分との出会いもありました。構成的は「楽譜での演奏」、非構成的は「即興での演奏」という例え方はとても分かりやすく、どの方法を体験しても、演奏するために集まった音(人)は大事な存在としてお互いに認め合う、そんな時間を素直に楽しめた研修でした。

講師でファシリテーターの片山先生、ご一緒できた皆様、良き『出会い』をありがとうございました。



「アドラー心理学を学ぶ」参加者のお声から

会員研修部(愛媛)石丸 美喜江 鹿島 悦子

2月16日(土)・17日(日)の二日間、早稲田大学人間科学学術院教授の向後千春氏を講師にお迎えして、四国支部研修室で「アドラー心理学を学ぶ～幸せに生きるために」を開催しました。一般の方を含めご参加いただいた方からの感想をいくつかご紹介いたします。「アドラーの考え方の土台をお教えいただき、知識を得ることで、自分の考えを再考する機会となりました」「自分の体験をもとに学んでいくことができ、身近なもののだと思いました」「とても分かりやすく、今の自分にあてはめながら参加できたので、気持ちがあっさりしています」「自己のライフスタイルがわかり、今後どのように行動やコミュニケーションに役立てていくか考えるチャンスとなりました」「先生のお話がとても面白く時間があっという間に過ぎました」など好評でした。



相談事業部

「話してすっきり水曜日 無料電話相談カウンセリング」
終了のご報告

相談事業部(愛媛)深見 尚子

平成30年度愛媛地域自殺対策強化事業「話してすっきり水曜日無料電話相談カウンセリング」が、2月28日をもって終了いたしました。参加いただいた電話相談員のおふたりに感想を寄せていただきました。

電話相談員(愛媛)山崎 希祐

私が電話相談員になって1年半が経ちました。最近「話してすっきり水曜日無料電話カウンセリング」の電話回数が多い傾向にあり、私の相談回数も増えてきました。しかも県外からの電話が増加しています。それはネットで知る人が多くなったからだと思いますが、相談内容は多岐に渡ります。電話相談はとにかく傾聴に徹することが大事！「聞くことしかできなかった」ではなく、「聴くことができた！」と胸を張って言える電話相談員を目指して頑張りたいと思います。

電話相談員(愛媛)松本 由紀美

私が産業カウンセラーの資格を取得したのが、平成27年3月です。資格はありつつも実際に活かしていないことが気になっていました。そこで平成30年7月に「電話相談員」の研修を受け、私の実践の第一歩にしようと思いました。こんなに早く実践の場を提供して下さるとは驚きでした。実際に電話に対応した時は緊張もありましたが、相談者の声に集中して耳を傾けることを心がけました。力不足で共感の言葉が出なかったり、堂々巡りになったり、うまく展開できない場面もありました。しかし、話の終盤で、相談者が「話せてよかった、気が楽になった」「今夜は眠れそうです」との言葉に、少しでもお役に立てたのではと安堵しました。大変貴重な体験をさせていただいたと思っています。実感したのは、カウンセリングのスキルアップへのたゆまぬ努力が必要だということです。これからも実践の場を広げながら進んでいきたいと思っています。

カフェ便り

土佐カフェで箱庭療法の奥深さを実感！

会員研修部(高知)門脇 由紀子

2月14日(木)の”土佐カフェ”では、会員の濱崎福美さんに講師をお願いして「箱庭療法」を体験させていただきました。

参加者は初参加者2人を含めた12人。今回は4人一組で体験したのですが、最初の人を中心に池を作ったのをきっかけに、各々が四隅を陣取る形で、自由に人形を置いていきました。はじめはワクワクして楽しかったのですが、急に不安になったりと、ただ人形を置いていくだけなのに、不思議と緊張感がありました。完成した箱庭についての4人の感想は、全く違っており、改めて箱庭療法の奥深さを実感しました。



阿波カフェでドラッカーを学びました！

広報部(徳島)渡邊 若菜

2月16日(土)午前10時から、徳島事務所で阿波カフェが開催されました。内容は「もし産業カウンセラー・キャリアコンサルタントがドラッカーの『非営利組織の経営』を読んだら～非営利組織に関わるための知識～」ということで、ドラッカー学会の会員でもあるキャリア部・尾形隆平氏が、私たちに必要な部分をぎゅっと絞って、教えてくださいました。

非営利組織での成果は、公的なサービスで社会的な成果をあげること。そして、成果を得るためにすべきことは、コミュニケーションや情報共有、人を活かすことなど、人と関わることがとても多く、今後の参考になりそうです。例えば、自分や周囲の方が仕事の中でやりがいを感じられない時に、ドラッカーの教えを思い出したら、その原因や改善策が少し見えてくるかもと思いました。

今回は4人の参加です。ドラッカーを学ぶとともに、他の参加の方の現況や考えなどに触れることができ、貴重な時間となりました。



ローカルニュース

今年も『走る 産業カウンセラー』のゼッケンを付けて龍馬マラソンを完走！

高知事務所長 山本 隆弘

晴天の下、「高知龍馬マラソン2019」が2月17日(日)に開催されました。今年も『走る 産業カウンセラー』の手書きのゼッケンを付けて完走しました。少しはPRになったでしょうかね？！

冬場ひと月に150キロ走ってきた成果なのか、去年のタイムを大幅に更新して4時間17分でした。サブ4達成は来年4度目の挑戦に持ち越しです。広報部員の河村章代さんも完走を果たしています。来年2020年のオリンピックイヤーは、多くの会員の皆様と一緒に走りたいですね！



発行：一般社団法人日本産業カウンセラー協会四国支部

愛媛事務所

〒790-0814

松山市味酒町1丁目3番地四国ガス第3ビル7階

TEL(089)968-2800 FAX(089)968-2801

相談予約専用電話 089-945-8110

e-mail : shikoku@counselor.or.jp

香川事務所

〒761-0301

高松市林町2217-15 香川産業頭脳化センタービル4階411

TEL(087)816-8040 FAX(087)816-8041

e-mail : shikoku.kagawa@counselor.or.jp

高知事務所

〒780-0870 高知市本町4丁目2-31 アートセンタービル1階

TEL・FAX (088)826-9880

e-mail : shikoku.kochi@counselor.or.jp

徳島事務所

〒770-8551

徳島市幸町3丁目55番地自治会館3階301号

TEL・FAX (088)655-5800

e-mail : shikoku.tokusima@counselor.or.jp

一般社団法人日本産業カウンセラー協会四国支部

〒790-0814 愛媛県松山市味酒町1丁目3番地

四国ガス第3ビル7階

TEL 089-968-2800 FAX 089-968-2801

URL <http://www.counselor-shikoku.jp/>

e-mail shikoku@counselor.or.jp

発行責任者:長野 勲