

仙台市太白区より関上港を望む

目 次

- ☞ 表紙・支部長新春挨拶・・・1
- ☞ 特集・学習グループって？・・・2～5
- ☞ インストラクター研修、
スキルアップ研修に参加して・・・6
- ☞ 東北支部とぴくくす・・・7
- ☞ ボランティア報告・編集後記・・・8

海つばめ

!!!! 謹賀新年 !!!!

東北支部の皆様、新年、明けましておめでとうございます。

昨年は、当支部にとりましては、支部設立 10 周年の記念すべき年となり、支部活動に貢献いただいた方々への感謝状の贈呈式もと行うことができました。設立後のこの 10 年間、支部は着実に成長し、支部会員は 1000 名を超え、当支部のもっとも大きな事業である産業カウンセラー養成講座も、東北全 6 県で開催されるようになりました。この間にご苦勞をいただいた支部会員の皆様、また支部活動を担っていただいた先輩諸氏に御礼申し上げます。

一方でこの間には、東北地方を直撃いたしました「2011.3.11 東日本大震災」がございました。その大震災から、はや 3 年が経過いたしました。いまだに不自由な生活をなされている方が、たくさんいらっしゃいます。被災された方々へ御見舞い申し上げますとともに、当支部でも今後とも非力ではありますが、震災対応の活動を続けていきたいと思っております。

次の 20 周年に向けて、引き続き着実な歩みを一步一步進めてまいりたいと思っておりますが、当支部が取り組むべき活動には、震災対応活動のほか、産業カウンセラーの認知度の向上、養成講座・キャリア講座・シニア講座などの諸活動、会員の皆様へのサポート活動の充実、カウンセリングなどの社会貢献活動、などなど、為すべきことが目白押しの状況にあります。私としては、産業カウンセラーの「人間は、より良い自己を目指して成長する力をもっている」という原点に立って、これらの支部活動を努めていきたいと思っております。皆様のご協力の程、よろしく願いいたします。

この新しい年が、当支部にとってよい年でありますように、また、皆さんにとっても素晴らしい年でありますよう祈念いたしまして、新年のご挨拶とさせていただきます。

一般社団法人 日本産業カウンセラー協会東北支部支部長 岩崎智彦

=特集=

学習グループって？

会員で構成されている学習グループを紹介いたします。東北支部では現在6つ(1つはこれから活動開始)のグループが登録されています。どのような活動をされているのかインタビューをしてみました。



ハローあおもり

気軽に「やあ！」と声をかけ合う仲間同士の集まりをイメージして命名。

★発足年月日★

平成19年4月1日

★メンバー人数★

男性20名 女性45名 合計65名

★メンバー特徴★

協会の会員であれば誰でも入会可能。
地域的には青森県内一円、職業も各業種にわたっています。

★活動日★

年間通じて定例的に開催。(年度初めに開催日を決定、年5回実施しています)そのほか県運営部主催の研修があります。(H25年度は4回計画)

★会費★

年会費 2,000円

(会場費、資料コピー代、文具代等)

外部講師招へい等で講師料が必要な場合は都度徴収します。

★活動内容★

平成24年度は下記の研修を開催しました。

- 交流分析「気づきとTA」(～自己のコミュニケーション・スタイルを客観的に知ろう～)(外部講師)
- 認知行動療法「認知行動療法を用いた対人支援」(外部講師)
- 会員インストラクターによる学習会(「気づき～感じることと考えること」)(会員が講師)



- 「面接実習」、「リラクゼーション」、「事例検討」(すべて会員自主企画による)
- 講演「県内における自殺対策とこころの相談窓口ネットワーク」(外部講師)

★今後の抱負と課題★

学習会の主たる目的は「社会貢献と会員の資質の向上」です。そのために今後とも、

- ① 学習意欲の高い人たちが集まり、お互いに研鑽し合える場、刺激し合える場で、かつ自主的に運営する学習会。
- ② 参加することでそれぞれが、心がホッとするような場。

でありたいと思っています。

平成25年度は、県内を3ブロックに分けて「地域別ミニ学習会」を試行的に実施。(12月現在3ブロックで既に実施済) 今後は、会員にとって地理的にもより参加しやすく、運営も小回りがきく「地域別ミニ学習会」を中心に展開していきたいと考えています。このことにより会員同士の顔がより近くなるとことと自主的な学習会運営を期待できると思います。

★東北支部会員皆さまへのメッセージ★

各県の学習会について担当者同士の情報、交換の場(メール交信)を作りながらお互いより充実した学習会にしていきませんか?

近隣の県在住の方々のご参加も歓迎いたします。

代表：斎藤啓一

kei_sakura@m2.dion.ne.jp



秋田ふれあいこまち会



★発足年月日★

平成13年6月15日

★メンバー人数★

男性21名 女性35名 合計56名
(H25.4.1 現在)

★メンバー特徴★

司法書士、臨床心理士、交流分析士、行政管理職～私に至るまで、秋田県民の心の健康増進に一役買いたい人たちの集まりです。

★活動日★

定例毎月1回（原則第1土曜日）

★会費★

年会費 1,000円

★活動内容他★

平成14年からほぼ毎月定例会を開催・継続してきています。学習内容は、会員各々が得意とする理論や自主学習の成果を、講義と演習形式でお披露目してもらっています。

個人的には、学習会の始まりに行うフリートーク（各々の近況報告）が、なんとも言えず心地好い刺激が貰えて貴重な時間だと思っています。

★東北支部会員皆さまへのメッセージ★

モットーは、“来る者拒まず、去る者追わず”
いつでも誰でも参加できるよう門戸を広げ、力を付けた人は外に出て活躍し、まだ勉強を重ねたい人は学びを継続する。そしてしばらく離れていても自信が無くなったり、くたびれたりした時はまた戻って来れる・・・そんな安全基地のような会でありたいと願いながら運営しています。

是非一度遊びにいらしてください(^_-)☆

代表：藤井富士子



東北 キャリア・コンサルティング学習会

(略称：東北CC学習会)

★発足年月日★

平成18年1月21日 発足8年目

★メンバー数★

男性12名 女性17名 合計29名

★メンバーの特徴★

全員キャリア・コンサルタントの資格を有し、宮城を中心に、福島、山形からも参加し、何らかの形でキャリアの現場に関わり、キャリアコンサルティングを実践している。

★活動日★

年5回開催

★会費★

年会費 3,000円

★活動内容★

学習会をキャリア・コンサルティング（CC）の実学学習の場（道場）とし、相互研鑽を目的としています。実践現場での情報交換、労働市場・法規学習、事例検討、研修内容紹介、相互発表、フィードバックを通し、CCとして必要な知識の共有とスキルの向上を図っています。

★今後の抱負など★

相互研鑽し自立を支援しあえる仲間として、それぞれの人脈、専門性ネットワークが繋がること。

★現時点での課題など★

学習テーマ、企画への会員相互の知恵の出しあい

★東北部支部会員の皆様へのメッセージ★

学習会としての支部規約の制約もあり、残念ながらそう多くのメンバーを受け入れることが出来ません。その為、簡単な入会審査、メンバーの推薦制としております。

（問い合わせは、世話役の小山、日野、高屋、遠藤、鈴木、我妻まで）



仙台錦水カウンセリング研究会

由来は水曜教室の同期で立ち上げた会で、活動立ち上げるさいに打ち合わせをしたのが仙台市青葉区錦町周辺だったからです。

★発足年月日★

平成24年1月に学習グループとして支部の認定を頂きました。その前段階として、平成22年11月より“水曜班カウンセリング研究会”と称して自主勉強会を行っておりました。

★メンバーの人数★

男性 10名 女性 15名 合計 25名
平成25年4月現在

★メンバーの特徴★

同期、地域、職業が同じなど。

もともとは、22年度養成講座の水曜日クラスの同期で立ち上げたので、発足時からしばらくは同期が中心でしたが、その後支部の研修会等を通して知り合いになった方々もご参加下さるようになりました。地域でいえば宮城県内だけでなく、山形県、福島県からもご参加いただいております。

★活動日★

毎月1回、土曜か日曜の午後（13～17時）に仙台市内で開催致しております。
参加人数は毎回10人前後です。

★会費など★

年会費等はなく、勉強会に参加された時のみ、1,500円を頂戴しております。

★活動内容★

東北支部の実技指導者である、庄司みよ子さんに講師をお願いして、面接実習を行っております。代表者形式（ロールプレイではなくライブです）で録音しながら20分程度の面接を行います。全員で録音を聴きながら1時間以上かけてじっくり振り返りを行います。（庄司さんが講師のスキルアップ研修と同じ形式です）

ライブですので、クライアント役の方は本当に悩んでいることについてお話をされます。カウンセラー役はそれを傾聴することにより実際の面接に近い経験ができます。庄司さんのご指導を受けながら、丁寧に時間をかけて行う振り返りの時間が、カウンセラー役の方の勉強になり、クライアント役の方にとっては、お悩みの解決の糸口が見つかったり、深い内省へと導かれるきっかけになることが多いようです。以前、しばらくお休みをしていたメンバーの方から、「落ち込むことがあり、勉強会に参加する気がおきなかった」と言われたことがあります。そういう時にこそ参加していただき、クライアント役としてお話しをしていただければと思っております。そうすることにより上記のように問題解決の糸口が見つかったりします。私自身、問題を抱えている時にはクライアント役をさせていただいております。

★今後の抱負など★

この会は我々のカウンセリングの勉強のベースであると考えてます。メンバーの皆さんはこの勉強会と並行してそれぞれ様々なワークショップ（交流分析、フォーカシング等）で勉強を重ねており、それぞれがそこで得られたものをベースとなるこの勉強会へ持ち寄り、フィードバックすることにより刺激となり勉強の幅がひろがっていけばと思っております。また、現在、ICレコーダで録音して振り返りを行っておりますが、いずれは「録画した動画で振り返りを行ってみたい」とただいま検討中です。

★現時点での課題など★

カウンセリングの勉強には終わりがありませんので、あらゆる意味で参加する方々への負担が少なく、いつまでもこの勉強会を続けられるような体制を整えていければと考えております。

★**東北部支部会員の皆様へのメッセージ**★

私共の勉強会は、参加する方が負担なく参加できるように当日参加、ドタキャン、遅れての参加、早退は自由にしております。ですので、毎月参加される方もいらっしゃいますし、年 1～2 回だけの参加の方もいらっしゃいます。参加者ご自身のペースで気軽に参加できる勉強会でありたいと考えております。ご興味のある方は、ぜひご連絡下さい

代表：大和田賢一

ski_ha_tanoshii@yahoo.co.jp



ナース会

学習グループ発足前はナース事業部会として活動していた。

★**発足年月日**★

平成 19 年 4 月 1 日

★**メンバー数**★

男性 1 名 女性 17 名 合計 18 名

★**メンバーの特徴**★

会員の殆どが看護師である。

★**活動日**★

年 5 回 (7,9,11 月,翌年 1,3 月)

★**会費**★

年会費 3,000 円

★**活動内容**★

活動は会員による相互学習とし、今年度の学習テーマは次の 5 つを計画しています。

- ① 介護における家族の立場
- ② 中高年者の就職現場から
- ③ パワーハラスメント
- ④ 児童虐待のネグレクト
- ⑤ ゲシュタルト療法

★**今後抱負など**★

ナース会は、今後も会員による相互学習を継続し、少しでもスキルアップしていきたいと考えています。

★**現時点での課題など**★

ナース会では昨年度部外講師による「交流分析 (OKゲーム)」を学習しましたが、費用などの関係から継続して実施することは難しい状況です。そのため、支部会員のスキルアップを図るためには、東北支部の研修部主催の会員対象の研修会などを開催していただきたいと思ひます。

★**東北部支部会員の皆様へのメッセージ**★

ナース会は、人生経験豊富な方が多いので話題も豊富です。そのために学習会では楽しい時間を共有する事が出来ます。支部会員の皆様には是非ナース会に入会していただいて、一緒に活動の輪をひろげていきたいと考えています。

代表：吉田彌生



資格を取得してから、様々な仲間と志を共にして自己研鑽を積まれていらっしゃる方が多いですね。

今回は東北支部に登録してある学習グループについて紹介させていただきました。産業カウンセラー協会主催の研修のみならず、様々な研修・講習・学習会に参加してみたいと思われた方は、学習グループに入会するもの良いかと思ひます。仲間に入りたい・・・と思われた方は是非行動を！

また、学習グループの登録をせずに学習に励んでいる会員の方もいらっしゃると思ひます。学習グループとして登録するには規定があり、承認が必要になります。登録したいと思われる方は、東北支部地区活動部へご相談ください。





研修参加者の声



『インストラクター研修（講師経験者向）
へ参加して』

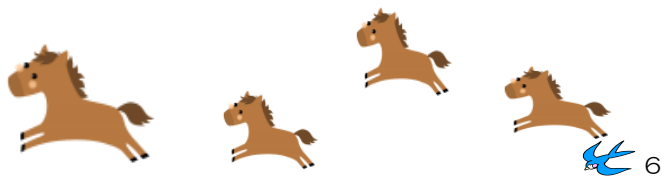
齊藤 正八

インストラクター研修を受講するに当たって望んだ自分の研修目標は、プレゼンテーションスキルの向上。それを十分満足できた研修でした。

今迄、社内・外で講師の経験がありますが、その都度、反省の繰り返しでした。今回、スキルアップをめざし、講師の庄子先生の技術を学ばせて頂き、その中で、感じたのは、知恵袋である引き出しの豊富さでした。受講生から質問されても、即座に分かりやすく、丁寧に応答できる、それを身につけるには、時間を大切に使う、「乗り物での時間」「布団の中での時間」「トイレでの時間」の有効活用、集中できる時間であると教えて頂き、自分は「いかに無駄に時間を浪費していたか」を知らされました。

また、二人称で話をしなさいとのこと、一人称は（カウンセラーとクライアント）三人称は（観察者）、二人称は、貴方に対し私はこう思うという、いわゆる、三人称で見て、一人称で考え、二人称で話をすると言うことでした。

一番心に染みたことは、インストラクターは詩を読む、間を読む教え方をしなさい、そして受講生を八の字を描き見渡し、アイコンタクト・ボディーアクションで場を感じ取り、対応すること、決して、後ろ姿を見せる教え方をやってはいけない。今回の研修では、得るものが多くあり、貴重な時間を過ごさせて頂きましたことに、感謝いたします。



『スキルアップ研修へ参加して』

斎藤 智子

12月14日、東北支部にて宮城県運営班主催の“スキルアップ研修”に参加しました。前日の深夜から降り積もった雪にちょっぴり動揺し、ピリッとした肌寒さで身が引き締まる思いも、まるで今日1日に体験する貴重な学びのプロローグのようでした。

講師の庄司みよ子先生から、「クライアント中心かつ体験過程的な心理療法」のご説明があり、“クライアントの感情に寄り添うこと”“クライアントは自身に起きる心の動きを感じる”そして、“感じたことを言葉にしてみましょう”と優しくご指導頂きました。

面接を録音し確認しながらの振り返りは、クセや応答のタイミング、間の取り方の違いなど改めて気付くことの多さに驚きました。

研修に参加して良かった点は、昨年資格を取得した方から経験ある方まで一つになって実習を行う点です。養成講座実技指導のリーダーをされている方も率先して役をされていて、とても見本となり参考になりました。良くなかった点は、引っ込み思案だった私自身。次回はもっと積極的に発言し、より深く学びたいと思います。

最後のワークで、男性のクライアントは家庭（家族）の話だったのに比べて、女性は仕事のことを話されていたことが注目されました。おかれている状況・立場は勿論、時代背景や世相にも敏感に対応し共感出来るカウンセラーとしての心構えも大事なのだと感じました。

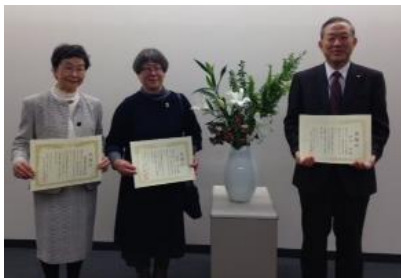
共に学ぶ仲間の有り難さに感謝しエピローグとしたいと思います。



東北支部 とびっくす



平成 25 年 12 月 21 日
 東北支部事務局にて感謝状贈呈式が行われました。平成 14 年に仙台にて 256 名で開設された東北支部は、多くの諸先輩のご努力により「10 年」を迎える事が出来ました。



この節目に、東北支部の更なる発展への決意とともに、これまでご尽力いただいた 6 名の方々へ感謝状をお送り致しました。(ご都合により 3 名のご出席)

平成 25 年 11 月 10 日
 約 7 ヶ月に及び実施されました、産業カウンセラー養成講座の閉講式がつつがなく終了致しました。
 1 月 19 日に学科試験、25、26 日に面接試験が行われます。



感慨深げに挨拶をされる
 末富総教室長



表彰式終了後に、受賞された方々を交えてささやかながら懇親会を催しました。

～研修案内～

- 2月8日(土)
人間の機能Ⅱ DNA
- 2月15日(土)
インストラクター研修初級
- 2月22日(土)
CC 入門講座
(資格ない方対象)

～事業推進部より～

事業推進部長 佐藤 敏彦

去る12月7日(土)東北支部研修室において、シニアカウンセラーの庄子芳宏先生をお迎えし、講師経験者向けのインストラクター研修を実施しました。講師経験者とは、支部業務としてメンタルヘルス研修等を経験された方、及び協会本部作成の研修講師用マニュアルを貸与されている方のことをいいます。それら経験者26名の申込があり、10時から16時までプレゼンテーションスキルの質の向上を目指すという内容の濃い、充実した研修となりました。

東北支部では近年、メンタルヘルス研修など多くの企業、官公庁からの講師依頼があり、平日、日中出講できる派遣講師が不足しており、本研修受講者の中から講師を見いだして行きたいと考えておりました。しかし、予想に反し、講師経験者の受講はあったものの、講師用マニュアル貸与者で今後、支部業務の中で活躍してほしい方の申込が少なく残念に思っているところです。

支部は今年度、「支部派遣講師・派遣カウンセラーの認定等に関する内規」を整備し、10月より施行され、派遣講師の応募要件の中に、支部の定めた研修(プライマリー研修、インストラクター初級研修、インストラクター経験者研修(マニュアル貸与者含む)、支部派遣講師研修)を修了していることを条件としています。その一環の研修である今回の研修ではありましたが、周知不足のため受講者が少なかったのかな、と反省しているところではあります。

来年2月15日には『インストラクター初級研修』も計画されています。今後、支部派遣講師を目指されている方には是非、受講していただきたいと思っています。多数の申込を期待しています。

【東北支部・被災地支援活動の今】

参加をしてくださった皆様は活動を通してどんな事を感じられているのでしょうか。シリーズとして毎回紹介させていただきます。

【被災地支援ボランティア活動に参加して】

渡部 智子

ボランティアとして活動参加させて頂くようになったのは、2013年の5月からでした。月1回、おもに六郷市民センターで行われている茶話会等への参加で計8回になります。震災の年の8月から始まった当活動を会報で知ってはいましたが、なかなか参加できずにおりました。

活動当初は「経験の浅い自分に何が出来るのだろうか？」と自分に問いかけながらの参加でした。しかし、社会福祉協議会さんや協会担当者の皆さんで、参加者の皆さんとこれまでに築いてこられた絆とその温かな輪の中に入れて頂き、回を重ねるごとに気負い無く参加できるようになってきたように思います。

震災から日にちは経ってきているものの、痛切な記憶と不安を抱えたまま茶話会に参加されている方々の多くはご高齢者です。人生経験豊富な方々のお話に傾かされることが多く、にぎやかで明るい笑い声の飛び交う時は一緒に笑顔で、震災時のことや現在の心境をお話しされる方には耳を傾けながらおります。続けて活動参加することで皆さんの顔と氏名も徐々にわかるようになってきました。また、前回気になった方のその後のご様子も知ることが出来ます。お帰りの際に「楽しかった」「楽しみにしているよ」と言葉を残される参加者も多く素直に嬉しく思います。

当初の「何が出来るだろうか？」ではなく何もできない無力な自分そのまま、皆さんと共に時間を共有し共感することが大切なことと実感しました。これからも1回1回をだいに活動参加していきたいと願っております。

※※※※※ 編集後記 ※※※※※

賀正でございます。支部会員の皆様はどのような年始をお迎えでしたか。今回のお写真は左記で寄稿して下さった渡部さんも参加された活動時のものです。皆でアップルケーキを作



りいただきました。一番手前が女川で全てを失ったお母さん、奥2名は福島のお母さん。いまだに自宅に泊まることさえ出来ません。「リンゴなんてこの時期は家に余る程あったのよ」

明るくおっしゃいます。そしてこう続けられました。「でもね、皆でこうしていただける事に感謝感謝！」…私の本年の目標は感謝でしょうか。そしてせっかくカウンセラーですので、それを口に出して相手に伝え返したいものです…。

「年明けは?」「自宅のゴミを棄てていいとやっと行政に言われたの。だから全部棄ててくるからね…そしたら又来るからね、ありがとう。」



東北支部広報誌 第49号

2014年1月15日発行

発行／一般社団法人日本産業カウンセラー協会

◆東北支部◆

〒980-0014

仙台市青葉区本町二丁目6番15-503号

電話 (022)715-8114 FAX (022)715-8115

E-mail : sankakyo@crux.ocn.ne.jp

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

◆岩手事務所◆

〒020-0025 盛岡市大沢川原二丁目5-25

電話 019-681-0380 FAX 019-681-0381

E-mail : jica-iwate@lion.ocn.ne.jp

◆青森事務所◆

〒030-0862

青森市古川一丁目21-11 第二須藤ビル201号

電話 017-762-7631 FAX 017-762-7350

E-mail : jica-aomori@ever.ocn.ne.jp