

秋田県内在住の産業カウンセラーの皆さん、こんにちは！ 回覧板夏号をお届けします！

## リレー投稿『思うこと』-2-

### 「D 大石」の思い出

高橋 昌明（秋田ふれあいこまち会）

前回の岩谷一さんからの指名での投稿となります。

平成 25 年 11 月 30 日、秋田ふれあいこまち会の会員であった大石（仮名）さんが、47 歳の若さで逝去されました。大石さんが生きていれば、おそらく大石さんが高橋（私）より前の投稿であったろうなどの思いから大石さんとの思い出について述べさせていただきます。

大石さんは、今から 29 年前、私が入社 2 年目の時に新卒で私と同じ職場（湯沢）に配属されました。私は、初めて後輩ができるということで楽しみにしてましたが、大卒で私より年上だったため、少しがっかりしたのを記憶しております。

当時は飲み会も頻繁にあり、毎回毎回遅くまで飲んでおりました。また同じ職場に I さんもおり、自宅に招かれ、料理をご馳走になったり、I さんの息子さんと遊んだりして楽しい日々を過ごしました。

老け顔、太めの体系の彼のことを私は「D 大石」と呼んでおりました。なお、D は「デブ」の D です。大石さんとは、湯沢勤務の 2 年間のみ同じ職場でした。

平成 15 年に産業カウンセラー試験に合格して、同じ会社で産業カウンセラーに合格した数名と「秋田ふれあいこまち会」の学習会に参加し会員になりました。その中に大石さんもおりました。

こまち会の毎月 1 回の学習会に、恐妻家のはずの大石さんは毎回参加してきます。聞けば唯一「正当な理由」で家族から解放される貴重な時間だったそうなの……。また、定期的に飲み会も開催され、その中で大石さんは、持ち前の歌唱力と芸人みtainなトークでこまち会の宴会部長的存在でした。

平成 17 年に田沢湖で初ワインカウニングが開催され、その時の参加者は T さん、A さ

ん、I さん、大石さん、私、それと A さんが支援している学生さんの 6 人でした。

平成 18 年に、大石さんと私は、他社へ 2 年間の約束で出向することになりました。大石さんは秋田、私は東京勤務でしたが、会社が違うため分からないことが多々あり、分からない者同士で色々話をしたりしました。でも分からない者同士で話し合っても解決しないことを知らされました。

平成 25 年 11 月 30 日（土）、I さんから「大石君亡くなった。」という電話を貰い、信じられず、「うそ〜。」と発してしまいました。聞けば、家族が留守の土曜日、一人自宅で心臓が破裂して倒れていたところを帰宅した奥さんが見つけ、手遅れだったそうです。

休み明けの月曜日に出社すると、上司に呼ばれ、亡くなった大石さんの後任として本荘勤務の内示の話を伝えられました。葬儀の日、「マッピ（私のことです）頼むな。」と大石さんに言われた気がして、その時私は心の中で「分かった。」と答えてました。立派に喪主を務めた長男は、「お父さんはいつも家族を笑わせ、僕たちのヒーローでした。」と喪主挨拶のなかで話した時には涙が止まりませんでした。

平成 25 年 12 月 13 日、本荘の職場に赴任すると、大石さんの机の上は、亡くなる前日に作成した最後の書類が上がっており、まだ亡くなって 2 週間の机の中は私物がそのままになっておりました。

現在、目覚まし代わりに使っている前の携帯電話に、大石さんが上京した際に新宿で待ち合わせたメール履歴が残っております。「今新宿駅着いた。方角分からない。」

仕事上では、最初と最後、それと出向という特別な環境で関わったこと、ここには書くことのできないプライベート（恋愛??）、産業カウンセラーの勉強、こまち会、飲み会等、忘れることのできない同僚、友人です。



「D 大石」よ、  
ありがとう。安らかに！

## ◆県内学習グループ活動報告◆

### 「こまち会」活動中！



秋田ふれあいこまち会は毎月定例学習会を開催しています。

5月12日は大仙市・嶽雄館特別研修室で事例検討を開催。逐語記録を読みながら、クライアント（相談者）の主訴・聴いてもらいたいこと・気持ちの変化・クライアントの問題点／見立て・カウンセラーのかかわりについて検討しました。参加者との意見交換もあり、充実した内容となりました。

6月3日は「職場のメンタルヘルス」をテーマに、秋田市「センタース」で開催。こまち会員で、秋田産業保健総合支援センター促進員を務めている高橋めぐみさんから、実際に企業で実施しているメンタルヘルス研修（セルフケア研修）を披露していただきました。

### 6月定例学習会の模様



7月1日は同じく「センタース」で面接実習を開催。倫理綱領にあるインフォームドコンセントをテーマに、カウンセリングの役割／自己の背景（依拠する理論）、カウンセリングの期間と終結、カウンセリングの中断とリファー、守秘義務とその例外について、分かりやすい言葉で説明する実習を行いました。フリートークでは、参加者の今困っていることや考えていることについてたくさんの励ましやアドバイスがありました

**ご連絡：**秋田県運営部は、平成30年度から「秋田ふきのとう県民運動実行委員会」も役員に選出されております。今後皆様に関連がある項目につきましては、都度情報提供いたします。

### 秋田県自殺予防街頭キャンペーンのボランティア募集！

下記の日程で街頭キャンペーンがあります。多くの皆さんの参加をお待ちしています。

#### 記

日時：30年9月7日（金） 午前7時から8時まで

場所：秋田駅東西連絡自由通路ぼぼろーど

連絡：参加希望の方は、080-9259-6005まで

### ◆無料相談会 4～7月◆

### 秋田5件、横手3件の利用

秋田県自殺対策強化事業補助金で展開している「心の健康づくり相談会」（無料相談会）が、今年度も秋田市・横手市を会場に実施されています。今年度の無料相談会事業には新任1人を含む会員20人が従事。案内チラシの作成、自治体広報、新聞を通じて広報・周知活動を進めています。今年度は7月末現在で秋田会場5人、横手会場3人の方が相談に訪れています。

相談枠にまだまだ余裕があります。来談者数アップにチラシ配布等でご協力をお願いします！

### ご案内

秋田県運営部主催研修会日程。下記の二つの講座は、県自殺対策事業の補助をいただいておりますので、受講料は無料です。（人材育成事業）

#### ■事例検討会

日時 8月26日（日）13:00～17:00

会場 秋田県総合保健センター第2研修室

講師 秋田県立大学准教授・渡部昌平先生

#### ■認知行動療法入門講座

日時 9月30日（日）9:30～15:30

会場 秋田県総合保健センター第2研修室

講師 新潟大学教授・神村栄一先生

「秋田ふれあいこまち会」主催行事日程（7月1日現在）詳しくは会員向けメールをご覧ください。

#### ■ワインカウンセリング

日時 10月13日（土）・14日（日）

場所 奥羽山荘「もみじ庵」

担当 嵯峨直司さん（幹事）

#### ■部外講師による講演会

日時 12月2日（日）

場所 未定（秋田市内を予定）

講師 秋田大学教授・柴田健先生

テーマ システムズアプローチについて