

# イーハートーツ



＼(o^)/ ≪vol. 54≫2017.12 発行

～\*～\*～\*～\*～\*～\*～\*～\*～\*～\*～\*～\*～\*～\*～\*～\*

## 「無料体験セミナー」へ 集客のお願い!!



### 平成30年1月13日(土) スキルアップ研修後、 新春意見交換会&交賀会 開催いたします

申し込み FAX&メール受付中!

岩手会員の皆様との意見交換会と新年交賀会を企画しております。当日は、アイーナ8Fにて「スキルアップ研修」も予定しています。来年度の研修や活動に関しても、たくさんのご意見 ご要望お待ちしております。16時15分～17時30分まで意見交換会 18時～20時30分まで新年会 となります。どこから参加されても大歓迎です!

**\*奇数月の第2土曜日は5ポイント研修♪  
偶数月の第3金曜日は3ポイント研修♪**

「継続は力なり」コツコツ腕を磨きましょう  
いつから参加されても大丈夫です

平成30年1月13日(土) 10時～16時 5時間  
会場 アイーナ8F806号室 ¥5,000 5points  
講師 藤村七美氏(支部認定講師・シニアC○)  
終了後、同会場で意見交換会をします  
新年会は駅前「開運とん〇」運がつきます!  
会費はひとり¥4,000 2.5H飲み放題  
今年はなんと・・・🍷🍷🍷

あの!ベアレンビールが飲み放題!  
料理も充実 ★4つ ★★★★★

## 職域サロン



産業カウンセラーは  
聴くことの  
プロなんだって!  
いいかも...

受講受付開始の養成講座に向けて、無料セミナー開催の予定は下記のとおりです。

12月6日(第1回)にいらした方は、会員様のご紹介でした。やはり職場の先輩からのススメは影響力大!ですね。ありがとうございました。

会員皆さま方、職場の方やお知り合いにぜひともお声掛けをよろしく願いいたします。

- 第1回 12月6日(水) 終了  
午後6時～/盛岡リリオ1F ギャラリー
- 第2回 1月14日(日)  
午前10時～/盛岡市内公会堂
- 第3回 1月20日(土)  
午後1時30分～/盛岡市内アイーナ817
- 第4回 1月22日(月) 青葉ビル  
午後6時～/釜石こころがけ研修タイアップ

【追加開催!】 **注目♪**

- 第5回 2月10日(土)  
午前9時30分～/盛岡市内アイーナ602

# 「快適職場づくりのための 知恵袋 講座」第3回 「アンガーマネジメント」

～怒りの感情をコントロールしよう～

「認定 NPO 法人心の架け橋いわて」と協同し、「釜石商工会議所」の協力を得ながら、全 7 回の講義を実施中です。12 月現在 5 回めの「ワークエンゲイジメント」が終わったところですが、毎回 20～30 名以上の方々が参加されています。釜石の職域支援としての協力講座ですが、沿岸の方々の意識の高さが伝わってきます。



ここでは 9 月 23 日「アンガーマネジメント」講座の様子をお伝えしたいと思います。

今注目の講座ということもあり、参加者は 30 名を超えました。講師はアンガーマネジメントファシリテーターの菊池規子さんでした。(もちろん産業カウンセラーですが、その正体は…? オッセル～♪)



アンガーとは「怒り」マネジメントは「後悔しないこと」。怒らないことではなく、怒る必要のあることは上手に怒れ、怒る必要のないことは怒らなくなる。のが、アンガーマネジメントです。ひと通り説明が終わると、各自で表に

向かって自己診断をしてみたり、怒りのボキャブラリーゲームなど同じ怒りでも 20 種以上の熟語と 120 種以上の言動の言葉を並べ、ワークもしました。私たちが怒る理由は理想と現実の大きなギャップ。私たちが怒らせるものの正体は「べき」思考。正しいと思っている価値観です。わかりやすく入門編を学習し、皆さん満足気でした。

～新春～北東北三県合同研修

## 「家族療法／短期療法講座」

前回ご案内いたしました、北三県合同研修会「家族療法／短期療法講座」(講師 岩手大学 奥野先生)は満席となっております。現在キャンセル待ちの状態です。新年早々頼もしいスタートになりそうですね

～\*～\*～\*～\*～\*～\*～\*～\*～\*～\*

## 学習会 イーハトーブ盛岡

### 「認知行動療法の基礎の基礎」

11 月から 3 回続けての学習会のラストです。

講師は岩手大学 大谷哲弘先生です。

【日時】2 月 4 日(日) 9:30～12:30

メールでお問い合わせ願います。

問い合わせ先アドレス [fu73@ozzio.jp](mailto:fu73@ozzio.jp)

～\*～\*～\*～\*～\*～\*～\*～\*～\*～\*

## あなたの会社も

### 賛助会員になりませんか？

【加入資格】当協会の事業に賛同する企業・団体

【会費】年会費：1 口 50,000 円

**東北支部のみの特典もございます。**

1. カウンセリングサービス、研修、教育等

●従業員の方々に対する、カウンセリング・社内教育・研修講演、他ご要望の対応

●当該企業の主催によるメンタルヘルス研修会への講師を年 1 回無料派遣。●他、特典多数

是非、入会のご検討をお願いいたします

～\*～\*～\*～\*～\*～\*～\*～\*～\*～\*

<つぶやき>

今年一年を振り返って…無事に瓦版を発行できたことに感謝！皆さんよいお年を！ (カルメン)

(一社)日本産業カウンセラー協会東北支部

岩手事務所

〒020-0025

住所 岩手県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](mailto:jica-iwate@lion.ocn.ne.jp)

