

# イーハトーブ



## 新年度を迎えて

東北支部地区活動部長・岩手県運営部長 藤村七美

「人生の三カン王」という言葉があるそうです。

「三カン王」とは関心、感動、感謝をいいます。まず関心についてですが、いろいろなことに好奇心をもち、面白いと感じたものには、思い切って一步踏み出して取り組んでみることを素直に言葉に出して試みる。そして感謝ですが、これは最も大切な行ないです。感謝の「謝」は言(ごんべん)に射(い)ると書きます。弓で相手の心を射るようにしっかりと「ありがとう」の気持ちを伝えること。「三カン王」を行なうと、それに感応して周りも元気になるような気がしますね。

さて、平成 30 年度地区活動部活動の重点は4つです。

1つ目は「地区活動部と県運営部との積極的な連携」

地区活動部と各県運営部の会員が、地域において活動しやすい環境を整備します。

2つ目が「対企業活動による普及事業への貢献」支部事業推進部との連携を図り、支部認定派遣業務従事者の活動基盤を確保、整備します。岩手では佐藤聡会員が事業推進副部長として「北東北活動センター(仮)」設置に向け中心となって取り組みます。

3つ目が「会員学習グループ活動の支援」岩手では現在「イーハトーブ盛岡」のみとなっていますが、青森には青森・弘前・八戸と3拠点、秋田も3つの学習グループがあります。昨年度のスキルアップ研修で、県南の会員さん数名のメーリングが出来ました。また、職域支援で釜石にも会員さんがお手伝いいただくなど、少しずつ拠点の和が広まりつつあるものの、まだまだ結成には至りません。県南・県北・沿岸地域の会員さんで核となっただけの方がおりましたら、是非とも声をあげてください。県運営部からも支援させていただきます。

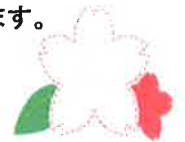
最後に 4 つ目ですが「会員・養成講座部・キャリア事業部・県運営部との連携の強化」産Co養成講座・キャリア講習の説明会、広報による周知、企業団体への啓発活動、会員の皆さんによる紹介等、受講者確保の協力意識を醸成するため、積極的な情報発信と連携の強化を図ります。

《vol.55》 2018.4 発行

会員の皆さまからの紹介が一番影響力が大きいと日頃から感じております。6 月からはいよいよ盛岡で、キャリアコンサルタント養成講習がスタートいたします。「働き方改革推進」に伴い、企業や多領域に広くキャリアコンサルタントは必要とされるようになります。そして、産業カウンセラーとして学んだスキルは大きな土台となり、キャリアの領域でも間違いなく活かせるものでしょう。

お近くに興味のある方や迷っている方がありましたら、おススメいただければ幸いです。ご不明な点はいつでもご相談ください。

どうぞ今年度もよろしく願い申し上げます。



### ◆県運営部から◆

## 平成29年度活動報告

	活動内容
5月13日	スキルアップ研修 (アイーナ)
6月16日	スキルアップ研修 (アイーナ)
7月24日	こころがけ職域サロン (釜石) 「コミュニケーション能力向上術」
8月18日 28日	スキルアップ研修 (アイーナ) (職)「アクティブリスニング」(釜石)
9月8日 8-10日 25日	世界自殺予防デー キャンペーン活動 「働く人の電話相談」相談対応(岩手事務所) (職)「アンガーマネジメント」(釜石)
10月20日 23日	スキルアップ研修 (アイーナ) (職)「レジリエンス」(釜石)
11月11日 27日	スキルアップ研修 (アイーナ) (職)「ワークエンゲイジメント」(釜石)
12月15日	スキルアップ研修 (アイーナ)

1月8日	【北三県合同】「家族療法」(アイーナ)
13日	スキルアップ研修 (アイーナ) 岩手県運営部 会員交流会&新年会
22日	(職)「聴き方・話し方」(釜石)
12~2月	無料体験セミナー(産業・C.C説明会)
2月16日	スキルアップ研修 (アイーナ)
26日	(職)「キャリア開発と職場の活性化」 (釜石)

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

**知識だけでなく技術(スキル)も磨こう!**

## 平成30年度スキルアップ研修

**4月20日(金曜コース)**

**5月12日(土曜コース) スタート!**

昨年一年を通じて「会員がいつでも参加できるスキルアップの場」を開催いたしました。

今年は、事務費を値上げせざる負えなくなり、それでも参加費は据え置いたので、最少遂行人数が6名から8名と厳しくなり、是非とも新しい会員さんや、久々にやってみようかな?という勇氣ある会員さんの参加をお待ちしております。

講師はシニア産業カウンセラーの藤村部長が自ら行いますので、昔の養成講座?の雰囲気でしょうか。昨年、ポイントカードに好きな動物のシールを貼ってもらったところ、それが楽しみ♪というかたも。今年は、1回ずつ増えて6回+6回の12回開催予定です。開催か中止かは皆さんの参加状況次第ですので、怖がらず!恥ずかしがらず!楽しんでご参加ください。今回から、継続的にご参加される方の為に「自分で学べるカウンセリングノート」を用意しました。自分の面接スキルの度合いがわかるセルフチェック表付き(ポイントカードも新作を準備中です)また、普段相談業務をされている方は、事例相談なども個別にミニSV致しますので、お持ちください。途中からの参加も歓迎です。

学びも春からスタートしてみては?



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

## 平成30年度活動計画

	行事名(具体的内容等)
4月20日	スキルアップ研修 アイーナ 参加費:3000円 3ポイント記録 募集:12名まで
5月12日	スキルアップ研修 アイーナ 参加費:5,000円 5ポイント記録 募集:12名まで
6月9日	「家族療法」II 三県合同研修 参加費:5,000円 5ポイント記録 アイーナ ※詳細は後述
6月15日	スキルアップ研修 アイーナ
7月14日	スキルアップ研修 アイーナ
7月29日	新入会員歓迎会 ※詳細は後述
8月17日	スキルアップ研修 アイーナ
9月10日	世界自殺予防デー活動 働く人の電話相談 盛岡駅構内、 10~12日 岩手事務所内、10~15人体制
9月8日	スキルアップ研修 アイーナ
10月19日	スキルアップ研修 アイーナ
11月	「認知行動療法」II アイーナ ※詳細は後述
11月10日	スキルアップ研修 アイーナ
12~2月	無料体験セミナー(産業・CC講習)
1月	岩手県運営部 会員交流会

※「こころの架け橋いわて」様と共催の「こころがけ職域サロン」は、開催が決定しておりますが、詳細は未定です。決まりましたら誌面にてご案内いたしますので、たくさんのご参加お待ちしております。

## ML会員に登録しましょう!

岩手県運営部ではメリグンリスト会員を募集しています。緊急連絡・情報交換・セミナーの案内等に利用されています。「研修に申し込もうと思ったけど、用紙がない!」ということはありませんか?そんなときもメールから自宅でプリントアウト出来ます。ご希望の方は岩手事務所アドレスに【ML会員登録希望】とし、本文に、

- ①名前 ②会員番号 ③メールアドレス を記載して申し込みをお願いいたします。

※ML会員の登録は会員ボランティアが行っていますので登録までお時間をいただくことがあります。ご了承ください。

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

## ◆北三県合同研修◆

# 「家族療法入門研修」報告

研修担当 佐藤 聡

お正月気分も抜けた1月8日の土曜日、北東北三県合同の会員研修会「家族療法／短期療法入門講座」が、盛岡駅そばのアイーナで行われました。参加した31名は半分以上が岩手から、半分以上が青森と秋田からの参加で、三県合同の成果が見られました。講師の先生は、養成講座の理論講座でここ数年人気の高い奥野雅子先生(岩手大学人文社会科学部准教授)。臨床経験が豊富な先生の解りやすく楽しいお話とワークで、あっというまの5時間でした。

今回のテーマ家族療法は、私たち産業カウンセラーの関心が高いもののひとつです。家族療法をひと言で表すのはむずかしいのですが、歴史的に見ると、「精神分析的アプローチに対する3つのアンチテーゼが提出され」「第1はロジャーズの来談者中心療法、第2が行動療法、第3が家族療法」(家族心理.com より)となるそうです。私見ですが、ある意味私たちが慣れ親しんでいる来談者中心と近いところにあると思います。

その家族療法も、その発展の歴史の中でいくつかの理論や療法が生まれ、それらの中でも現在たいへん注目されているのが短期療法(ブリーフセラピー)です。ブリーフセラピーは心理療法のみならず、「教育、看護、福祉など幅広い分野で学ぶ人が広がっている」(東北大学 若島孔文先生)そうです。私たちは新シニア講座の選択講座の中で学ぶことができます。

当日は初対面も多いのではということもあり、奥野先生の考えからエンカウンターから行いました。全員が産業カウンセラーということもあってとてもスムーズに進み、短い時間の中で参加者間のリレーションができあがったように感じました。それに続き、問題を家族からアプローチする家族療法的な考え方のお話があり、「子どもたちの問題と家族」や「病理を生む家族(距離と境界)」など事例を交えてのお話。そしてだんだん短期療法的なアプローチへとつながる「悪循環と良循環」や「例外を見つける」お話へと進んでいきます。そして最後は、実践的に応用がきく「例外探し」の質問を取り入れたワークを行い終わりました。

終了後のアンケートでは、多くの方からプラスの評価をいただきました。集計とコメントの一部をご紹介します。

### ◆集計結果より(回答サンプル 29 通)

Q あなたの学びのためにになりましたか？

とてもなった 80% なった 17%

Q あなたの活動の役に立ちますか？

とても役にたつ 65% 役に立つ 31%

Q 家族療法／短期療法について

大いに興味がある 90% 興味がある 10%

Q 続編の講座があれば参加しますか？

必ず参加したい 65% できれば参加したい 31%

Q 三県合同の研修会について

続けた方が良くと思う 100%



### ◆講師の先生へのコメントより

- ・初めてエンカウンターを体験して気づきがありました。心地よい時間を過ごすことができました。
- ・解りやすい講義内容でとても興味深く、もっと学びたいと思いました。
- ・熟年離婚カップルの終結事例をお聞きし、あの様な結末もありだと分かりホッと、これもありなのだと思えたことは参考になりました。

### ◆三県合同研修会について

- ・住んでいる所が県で分けられてしまうと不便なこともあります。合同はとても良いと思います。盛岡が便利です。
- ・他県の様子や、新しい見方、関わりが見え、勉強になる。
- ・研修の機会は多い方がいい。盛岡は参加しやすい。
- ・情報交換ができて刺激になると思います。

最後になりますが、秋田青森から参加されたみなさま、また岩手からたくさん参加されたみなさまに、紙面を借りて感謝を申し上げます。みなさまの熱心な態度には、講師の奥野先生も感心されておりましたことをここでご報告させていただきます。これからも研修会やセミナーなど、多くの会員みなさまの参加を心よりお待ちしております。



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

# 募集



## 県運営部の活動に お手伝いいただける方を 募集しています。

研修の受付や運営スタッフとして、広報担当等  
ご協力いただける方は、  
岩手事務所まで、電話・ファックス・メールでご連絡を  
お願いいたします。  
皆様のご協力をお待ちしています。

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

## 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

企業の皆様が抱えるさまざまな問題のご相談に応じ、取り組むべき課題のご支援を優先的に行います

## あなたの会社も 「心の安心」窓口を



是非、入会のご検討を  
お願いいたします。

あなたの地区でもはじめませんか？

## 会員学習グループで「集いの利」

岩手はずいぶん広い面積なのに、産業カウンセラーの学びが、つつい盛岡に集まっているのが現状です。

「近くの会員さんたちと集まり交流したり、一緒に学び合う仲間づくりをしたい」「同じ仲間と学び合いたい」

「でもどうしたらいいの??」という方、大丈夫です。

県運営部にご相談ください！

学習グループ申請には、いろ

いろな申請書類があります。

皆さんのやりたいことを具体的

に形にしていってお手伝いも

致します。



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



### ご利用ください!!

## 「二丁目文庫」

意外と知られていませんが、岩手事務所にはまあ～いろいろな本があります。もちろん心理やカウンセリングの本は山のように。ほかにも思わずドキッとするような題名の本まで。貸出自由です。本棚にあるノートに記入して好きなだけ読んでください！

他にも、シニアカウンセラー試験問題集、キャリアコンサルタント技能士(1級・2級)etc…

参考書や問題集もご活用くださいませ。

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

<つぶやき>

「ポッターの法則」をご存知ですか？

ある問題に対して寄せられる非難の数は、その問題の真価に反比例するという法則。

つまり、アンチがいればファンもいる！

誰からも好かれる必要なんてないんだワ

あ～気が軽くなった♪ (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)