



社団法人日本産業カウンセラー協会北海道支部

〒060-0807 札幌市北区北7条西5丁目6 ストークマンション札幌308号  
TEL&FAX 011-736-2333

## 「新年のご挨拶」

あけましておめでとうございます。  
北海道支部としましては、はじめての新春を迎えました。  
会員の皆様には穏やかな新春を迎えられたことと心からお喜び申し上げます。



北海道支部長  
桑原 富美恵

北海道支部は今まで多くの方々のお力をいただき、ここまで成長してまいりました。2005年の新春を迎え、ここまで支えていただいた多くのかたがたに改めて感謝し、今後益々のご指導、ご協力をお願いし新年のスタートを切りたいと思います。

さて、昨年の社会状況を振り返って見ましても、経済、雇用などは厳しさが続き、自然災害なども多く、また大きな事件も起きました。そのような中でわたしたちは、時代の大きな変化を感じるとともに、その変化にスピーディに対応することも求められています。

同時に「人間の尊厳」「心のあり方」を深く考えることも多くなってきております。

現在の働く人たちの環境の変化、厳しい現実の中でカウンセリングに対する期待と感心とが高まり、産業カウンセリングの果たす役割と責任が益々重要になってきております。

最近、北海道支部でも多くの企業・官公庁などからメンタルヘルスのご相談や研修依頼が増加しております。人々の価値観の変化、不安な現実の中でのよりどころとして、問題解決の方法として産業カウンセリングへの期待の大きさを感じております。

その期待に応えていくためには、私たち自身が「心の専門家」として「人生の伴走者」として、今まで以上の力をつけ、社会に役立つカウンセラーとして成長をしなければなりません。カウンセリングの勉強には終わりが無いといわれていますが、まさしく努力を積み重ね、検証し、また学習していくことの繰り返しです。勿論そのための学習は全人間的な意味での努力が求められています。

時間をかけ、じっくり実力のあるカウンセラーとして成長していきましょう。昨年から作成に取り組んできました「北海道支部産業カウンセラー」のロードマップもできました。ご自身の目指す産業カウンセラーになるための具体的な取り組みがマップ化されております。ご活用ください。

また、組織としては、今年もご案内の通り2つの社会貢献事業を実施いたします。ひとつは「第3回公開講座」として、日本のメンタルヘルスの中心的な役割を果たされている河野先生にご講演をお願いし、2月23日に実施いたします。またもうひとつは全国一斉無料電話相談を3月に実施いたします。産業カウンセラー・北海道支部を知っていただく大変よいチャンスです。是非企業、団体等にご案内いただきたいと思います。

北海道支部は会員みなさまが作り発展させる組織です。今年も運営幹部、協議会員が力を合わせ努力してまいります。

最後に、2005年が248名の会員皆様にとり、心おだやかな1年でありますように、また、皆様の益々のご発展と健康をお祈りし、新春のご挨拶といたします。

「新年明けまして 

おめでとうございます」



2005年に...



「あけましておめでとうございます。養成講座のお手伝いを今年も「やる」と言ってしまうました。自分が教えるのに向いていない、留萌から通うのが大変、役に立たないでかえってジャマしている、分かっているんですが、養成講座は凄い可能性を秘めたシステムだと思うんですね、今はまだそこそこですが、その機能を十分に発揮して社会的に認知されだしたら素晴らしいことになる、その時、自分が関わっていないのは「ちょっと辛い」そんなわけで今年も皆に遅れないようについていきたいと思っています。」

(寺西 良夫)

昨年は本業に加え、産業カウンセラー協会広報部及び養成講座の活動にも参加させていただき、忙しくも充実した1年を過ごしたように思っています。今年は、これらひとつひとつの内容の充実を図り、より精度を高めることが課題になると思います。

また、私生活においては年齢のことも考えてお酒を少々控えめにし、継続できる趣味の発見が課題でしょうか。

ともあれ、「災」の年に思いを残さず、新しい年を「明るく！楽しく！元気よく！」過ごしたいものです。

(佐藤 篤輝)

1年の計は元旦にあるらしいが、計画性なくあたふたと人生を送り、なんとなく年を越してしまった。夫なし子ども独立、親は遠くにいる私は、もち以外正月らしい料理もせず、一人で正月を迎え2日は仕事。これって「一人で迎える老後の正月の予行演習？」暮らしていく、生きていくことを自然に静かに肩を張らずに考えるのではなく、感じなさいと言われていたように新年がスタートしました。

(田崎 悦子)

昨年は、めまぐるしく忙しい一年でした。仕事、仕事に追われ、くじけそうになったこともありました。でも、周囲の人の協力等もあり、人に感謝を感じる一年でもありました。

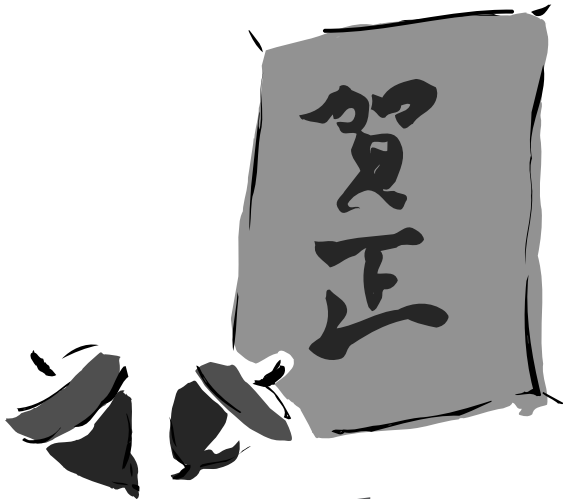
今年は、また仕事に追われるのだろうなと思いつつ、少しは自分のペースを作り生活していきたいものだと思っております。

また、人は支えあって生きるもの、人への感謝も忘れずに歩んでいきたい所存です。

(水沼 洋子)

自分を含む養成講座の担当者にとっても、受講者の方々にとっても、長丁場の養成講座を乗り切る為に必要なものは、ズバリ「健康」ではないかと思うのです。  
2005年、まずは何よりも「健康第一」で！

(内山貴美子)



本年度から養成講座カリキュラム変更に伴い、実技指導時間が現行より21時間増となります。産業現場で実践できる専門家としてのカウンセリング技能を身につけることは勿論ですが、自己と向き合い、己の心の有り様を知ることがカウンセラーとして大変重要である意味からも体験学習に益々重点が置かれることは望ましい事と思っています。

微力ながら講座のお手伝いをさせていただくと共に、私自身の器を広げていけるよう研鑽を積んでいきたいと思っています。

(なごみ)

「年の初めに養成講座の某実技指導者から「今年の養成講座は大変になりますね。」という文言入りの年賀状を受け取り、気持ちがキュッと引き締められました。

今年は実践力を持って社会に貢献できる産業COを養成することが求められているのです。

私は、受講者が実習をとおして、CLの人生の大切な選択に、一緒に伴走することの厳しさや意義を理詰めではなく、「感じ取ることで学んで欲しい。」「人間として磨かれて欲しい。」という思いで関わってきました。

今年もその思いは同じですが、その伝え方を洗練させようと、これから寒稽古に入ります。」

(山村 弘美)

年の初めにはいつも「あれをしたい、これもしたい」と思うが、なかなか「始める」ところまで行き着かずに終わってしまう。

今年は酉どし。華麗に飛躍・飛び立ちたいと言いたいところだが無理は禁物（このあたりは自覚がある）。ペンギンのようにしっかり大地にアシをつけて、「始めの1歩」を踏み出したい。まずは去年途中で断念した家計簿から…（＾＾ゞ。

仕事にもカウンセリングを取り入れて、新しい試みをしようと考えている。

天災や事件・事故が多い昨今、一人でも多くの人に心の安定が訪れるように、その手助けが出来るように自分に力をつけたいと思う年の初め。（さかな）

昨年から養成講座のお手伝いをさせていただいております。

一年目の講座では、毎回新しい学びや発見があり、驚きの連続でした。

今年は、実習で起こる様々な連鎖を、論理的に解釈し、プロセスを形成するお手伝いをさせていただきたいと考えております。今年もよろしくお願いいたします。（青木 明美）

2005年酉年が始まりましたね。前回の酉年はどんな事があったかなと思って調べてみると、Jリーグ誕生・雅子様ご成婚・北海道南西沖地震など大きなことがありました。

その前の酉年はチャールズ皇太子とダイアナ妃ご成婚、その前は人類初の月面着陸、さらにその前は世界初の人工衛星打ち上げ成功、そしてその前の酉年が長崎・広島原爆投下と続いていました。

雇用環境に大きな変化が訪れていると思ったら、カウンセラー協会も大きな転換をしようとしています。酉年には、大きな変化が起こるものなのかもしれません。変化はチャンスの時でもあります。チャンスを一早く察知してケッコーな年にしていきたいと思えます。今年もよろしくお願いいたします。（十川 秀逸）

2005年は、『いい加減』を知る年にしたいと思います。

昨年は、私の一生懸命はそれなりに危ないことを、体調を崩しながら学んだ一年でした。

今年の私は、なにごとく無理をしない。笑えなくなったらちよつと立ち止まる、食事は美味しく楽しくいただく、亥の刻になったら布団に入ってたっぷりと眠る。

周囲の声に素直に耳を傾けられる柔らかい心と感謝の気持ちをもって、今年是一日一日を大切に生きてきたいと思います。

（A・I）

【やりたいこと？抱負？何にしようかな？】何も考えることなく本当に自由な時間があつたら、マチュプチュ・アルファブラ・スフィンクス・敦煌・屋久島など行きたいところ、見たいところがいっぱい。でも、高所恐怖症の私は、飛行機が怖いです！！

今まで最長飛行時間は8時間。今年はこれをどうにか克服して行きた〜い。あ！その前にお財布と相談がありました。

（夢見る乙女）

あけましておめでとうございます。今年社会に出て20数年、東京から札幌に転勤して4年、養成講座に携わり2年目の年となります。

「気がついたら明日定年！」とならないよう、今年も目標に向かって進んでいきたいと思えます。4月からの養成講座で新しい受講生のみなさんと共に学べることはとても楽しみです。今年もどうぞよろしくお願いいたします！

（佐藤 直美）

## 産業カウンセラー 資格に チャレンジ!!

平成16年度産業カウンセラー実技試験が、12月18日(土)・19日(日)の両日にわたり「かでの2・7」で実施され、養成講座受講者を含めた68名の方が受験されました。

受験者は受付終了後、控室において受験要領の説明を受けましたが、試験終了までの間は私語厳禁とされたこともあり、静寂と不安の中での待機は否が応でも緊張感を高め、今にも口から心臓が飛び出してくるのではと、気の毒にさえ思えるほどの緊張状態に陥っていた方も見受けられました。

また、それほど極端ではなくても、総体的には受講者の皆さんの「ドキドキ」とした胸の鼓動が伝わってくるように感じられました。

実技試験の所要時間は約20分、実技試験直前に示された3つのテーマの中から受験者自身が1つを選んで行う形式でしたが、選んだテーマやペアになった受験者とのやりとりの状況によって、なが〜く感じられた方や頭の中が真っ白になった方、冷静に試験の状況をふり返れる位に余裕?のあった方など、そのリアクションは人それぞれといったところだったでしょうか。

実技試験は特段の問題もなく終了しましたが、受験者の皆様にとっては、受験直後から合否が気になるところです。

その結果は、2月上旬に受験者御本人に通知される予定ですが、それまでの間は落ち着かない日々が続くのでしょうか、きっと……!

## ちよつと 気になる活動(その1)

### 「解決のための面接研究会(代表 相場 幸子)」

同会は、「ソリューション・フォーカスト・セラピー」を、体験を通じて理解するための研究(勉強)を行っています。

主な活動としては、月例会(毎月第2金曜日を開催日とし、中級者及び上級者向きが奇数月<1月・3月…>に、初級者向けは偶数月<2月・4月…>に)のほか、「ソリューション入門講座」を年1回(4月下旬)開催しています。

月例会には、毎回、初参加5~6名の方も含めて20~30名の方が参加しておりますが、特に申込み等の必要はなく、費用も会場費負担(参加ごとに500円)のみで参加出来るということです。

なお、勉強会推薦図書として

- 1 「解決のための面接技法」(4,400円 第2判が出ました!)  
P・ディヤング、I・K・バーグ著 玉真慎子・住谷祐子監訳、金剛出版
- 2 「家族支援ハンドブック」(4,400円)  
インスキー・カム・バーグ著 磯貝希久子監訳、金剛出版
- 3 「ブリーフセラピー入門」(3,700円)  
宮田敬一編、金剛出版

があり、このうち1冊は読んで(3については、BFTCについて記載の章のみ)から参加するのが望ましいということです。詳細は下記にお問い合わせください。

Eメール wa.mika@f3.dion.ne.jp

<相場 幸子(カウンセリングルームみみずく主幹 前北星学園教授)>

## 平成17年度 北海道支部ロードマップ（育成システム概要図）の補足説明

I 支部認定講師及びII 支部認定カウンセラー、III 養成講座実技指導者を希望する場合は、産業カウンセラーの道支部の会員となっていることに加え、協会本部主催の向上訓練のうち演習I及びIIの受講が要件となります。

なお、支部講師等の認定にあたっては、支部認定講師等としてふさわしい力量及び品格等を備えているか、審査することになります。

また、支部認定講師等に委嘱後も、資質向上のための研修を受講することを義務とし、更新条件については別

### I 支部認定講師について

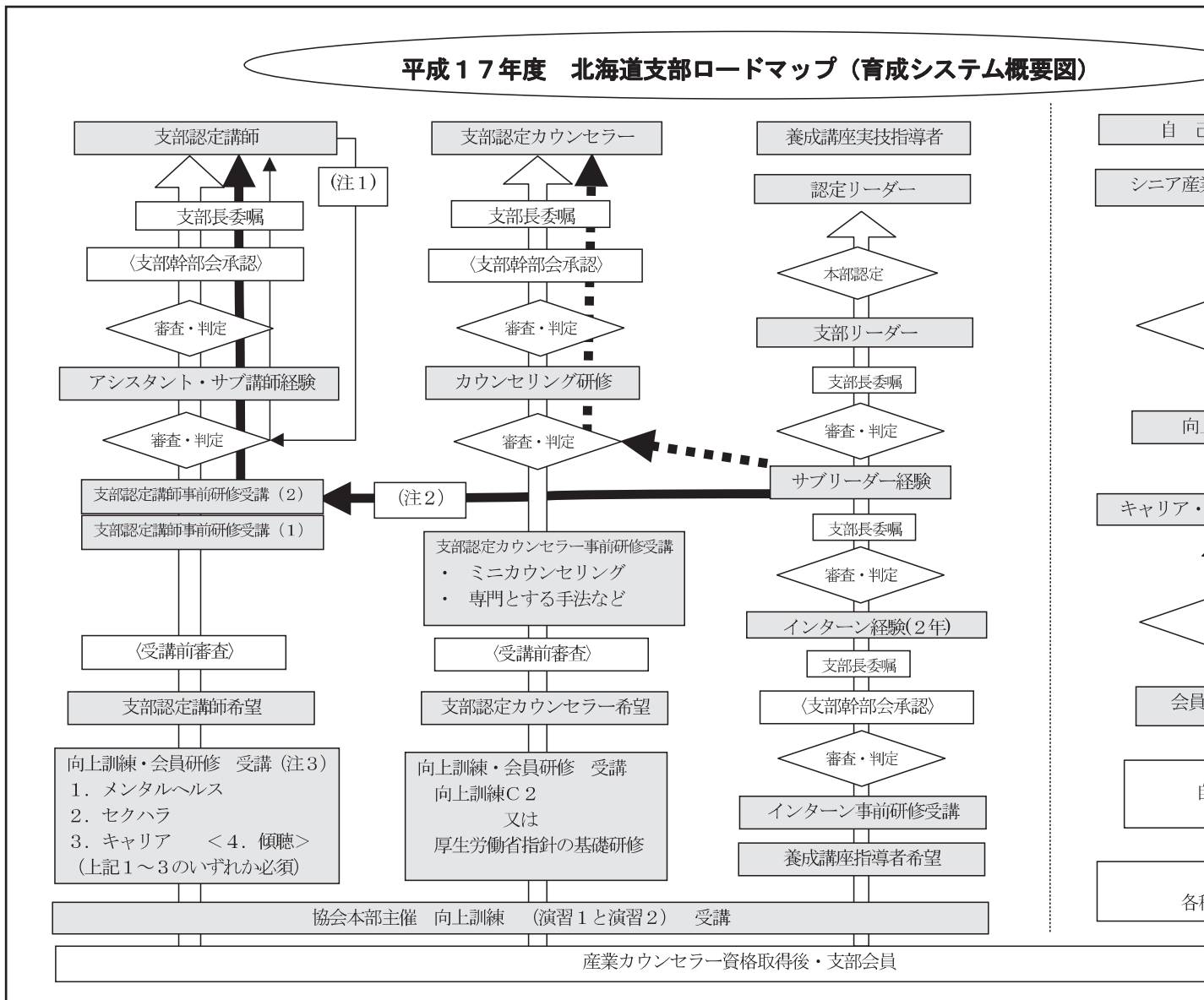
1 委託者の派遣依頼内容から、次の4分野での専門知識が必要なため、専門分野ごとに研修・審査を実施し、された者に委嘱を行うこととします。（複数分野で講師を希望することも可。）

- ① メンタルヘルス      ② セクシャルハラスメント      ③ キャリア      ④ 傾聴

2 北海道支部ロードマップの注意書きの説明

(1) 注1

- ①メンタルヘルス ②セクシャルハラスメント ③キャリアのいずれかの講師として認定された者で、④

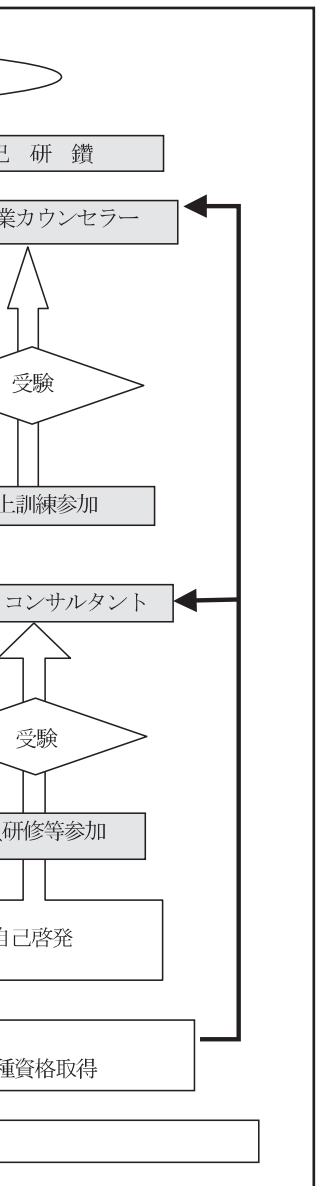


# ンセラーロードマップ(育成システム概要図)

有資格者であって、北海道  
審査機関において判定を行  
途定めることとします。

、講師として適当と判定

～③のその他の講師も希



望する場合には、新たに審査・判定を受けた上でアシスタント・サブ講師となり、①～③のその他の講師の認定を受けることとなります。

## (2) 注2

④傾聴の講師認定を受けるには、養成講座実技指導者のサブリーダー経験1期以上を前提要件としているので、サブリーダーの実務経験後、支部認定講師事前研修(2)を受講し、審査・判定を受けた上でアシスタント・サブ講師、支部認定講師となります。

## (3) 注3

①メンタルヘルス ②セクシャルハラスメント ③キャリアの支部認定講師を希望する場合は、それぞれの専門分野の基礎知識として、次の研修の受講または資格が必要となります。

- ① メンタルヘルス～向上訓練C2又は厚生労働省指針の基礎研修受講必須
- ② セクシャルハラスメント～会員研修受講必須
- ③ キャリア～キャリア・コンサルタント資格必須

## 3 研修等の内容

支部認定講師事前研修(1)及び(2)、アシスタント・サブ講師の実践内容については、別途定めることとします。

## II 支部認定カウンセラーについて

1 支部認定カウンセラーを希望する場合は、専門分野の基礎知識として、次の研修のどちらかの受講を必須とします。

- ① 協会本部主催の向上訓練C2
- ② 厚生労働省指針の基礎研修

## 2 受講前審査

事前にレポート等の提出を求め、支部認定カウンセラーとしての適性等について審査を行います。

## 3 支部認定カウンセラー事前研修

- ① プロセス、解決の理論研修
- ② ミニカウンセリング
- ③ 専門とする手法についての知識と経験(発達理論・精神疾患・認知行動療法など)
- ④ 代表者実習(クライアント・カウンセラー・オブザーバーを、それぞれ最低4回以上経験)
- ⑤ 養成講座のオブザーバーなど

## 4 カウンセリング研修

CST経験～録音テープによるロールプレイの検討などを実施予定。

## III 養成講座実技指導者について

### 1 インターン事前研修

養成講座実技指導者を希望する場合は、インターン事前研修を受講し、養成講座実技指導者としての適性等について、本部講師が審査します。

### 2 養成期間、研修等の内容

協会本部の指導要領に準じます。

### 3 審査・判定

協会本部の担当講師が行います。

# 『私の好きな場所』

私は学生時代から、今まで、随分旅をして来ました。

国内、海外と廻ってきたが、今、立ち止まって考えると、意外な場所、意外な場面が思い出され、その時々、旅の目的などにより違った景色が思い出されます。

居心地の良い落ち着いた場所で、まささらな気持ちでくつろいだ時、思い浮かぶ私の好きな街は、戊辰戦争の舞台でもある福島の下町会津若松である。

会津といえば鶴が城、二の丸外堀から見た四季それぞれの城、私は特に、桜満開の春、雪深い冬、などの景色が好きである。

国内を旅行するとき、お城のある街に憧れ、姫路、松本、松山、島原、熊本、萩、松江、犬山など数多くの下町を廻ってきたが、行きたいと思いつつ、言っていない所に会津若松があった。それが、偶然にも妻がこの地出身と言う事で、結納を納めに行ったのがこの地であった。

普段、都会に住んでいる私にとって、下町特有の路の狭さから聞こえる、訛りのある世間話、台所のトントンという包丁のまな板に響く音に生活感がにじみでて、都会人には忘れていた古い日本がそこにあり、懐かしく感じられます。

武家屋敷などの風情、そして、土蔵作りの妻の実家の居心地良さが、私に、何十年もここに住んでいるような錯覚におちいらせる、そんな情緒のある街会津が私は好きである。

《山田 実》

## あるカウンセラーの

# 体験ばなし

先日、就職支援研修を受講している20代から50代の20名の方に、「メンタルヘルス」にかかわる研修をしてもらえないか？という仕事が舞い込んできました。

時間は10時間。さて、かく言うこちらも資格はなんとかとったものの、就職支援の研修でどのようなことをするかをひっくり返して悩みました。（ちょっとストレスになっていたかも…）結局、ストレスとの付き合い方を中心に、自律訓練法を取り入れたり、「認知」の話・人間の葛藤の話になるべくわかりやすく「自分のことに置き換えて感じられるように」と工夫をしてみました。

はじめは、「なぜ、ストレスの話がこの就職支援で必要なんだ？」と怪訝そうだった研修生も、ちょうど起きた長崎での小学生の殺人事件などの話を織り交ぜて進めていくうちに捕らえ方が変わったようです。

一番楽しかったと言われたのは、「ルビンの壺」に代表される二つの見方ができる絵です。なかなか二通りの見方ができずに、最後まで首をかしげていた方もいましたが、ちょっと視点を変えると物事がまったく違って見える！ということが少しずつみんなの気持ちを楽しめる働きをしたようです。

研修終了後のアンケートでも、「自分が少しわかった」「人との接し方が変わった」というコメントがあり、私も一安心しました。中には「かかりつけの医者よりもよく効いた」という方もいて、思わぬ効果？に驚きです。

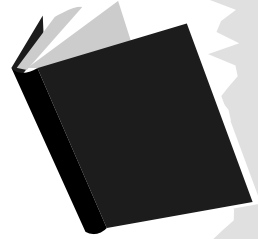
その後、全員が就職が決まったと聞き、ほっとしました。

研修はわずか10時間ですが、人の考えや気持ちに変化をもたらすきっかけは本当にささいなことかもしれないとつくづく感じ、こちらもとてもいい勉強をさせていただきました。



『役立ちの1冊』

## 関連BOOKの紹介



### 「プロカウンセラーの聞く技術」

著 書：東山 紘久

発 行：創元社 定 価：1400円（税抜き）

臨床心理士で京都大学院教授の著。

本の帯に「阿川 佐和子氏絶賛」とあり、題名にも惹かれ手にとった。

聞く技術を身に付けようと初心者にわかり易く書かれているが、「きく」ことをカウンセラーの立場、話し手の立場、一般の聞き手と3方向から解説しており、傾聴を勉強した身にもとても奥深い。

専門書をひらいての自己研鑽も必要だが、楽しく読めて身につく（いままでを振り返ることもできる）この1冊はいつも手元におくのにちょうどいいと感じた。

「昔の主婦は聞き上手」編は笑いながらも納得できる。

リラックス  
タイムコラム  
④

### 心も温まる、厳寒の氷上露天風呂



鹿追町然別湖の氷上に、冬限定「然別コタン」が出現します。氷のホテル、バー、ミュージアムなどとともに、世界でたったひとつの「凍結湖上に本物の温泉…氷上露天風呂」は、体験する価値があります。

氷点下20度の中、凍結した湖を歩き露天風呂へ。カゴを置く棚もある脱衣所もありますが、イグルー（氷の家）ですので暖房不完備。裸足になり「つ、冷たい」。服を脱ぎ「きゃー！さぶうい」。身を縮め、氷の階段を上がると、冰雪で固めた強化プラスチック製の浴槽にたどり着きます。50度の天然湯泉が循環し、ゆっくり入るのに丁度よい温度。

去年は、浴槽も脱衣所も2つあり、ゆったり温泉につかることができました。日の出から夕方6時まで混浴。6時以降、女性限定時間、男性限定時間となるため、水着なしで大丈夫。天空の星たち、凍てつく湖、山々の遠景を眺めながら、出会った旅人たちと話がはずみます。「1回、入ってみたかったのよねえ〜」「(超)気持ちいい〜い」厳寒の天国！

体が温まったら、施設・カウンター・テーブル・イスすべて氷製の「アイスバー」へ。ビールを氷のジョッキで飲む時には手袋をお忘れなく。

然別コタンへは、JR新得駅から然別湖畔行きバスで1時間10分。ホテル宿泊者は無料送迎バスあり。露天風呂は無料。アイスバーはワンショット500円です。

# 各部からのお知らせ

## 総務部

今年には昨年末のスマトラ沖の海底地震による津波被害の新たな状況が刻々と伝えられるなかで迎えた新年でした。

そして、年明けの1月以降は北海道支部、協会本部関係の行事、事業が目白押し、更に新年度に向けた準備の事などを考えると、この数カ月きつと遮二無二走り抜けていく事になるのだろうと思っています。

総務関連の行事予定は以下のとおりとなっております。

1月22日午前 定例幹部会臨時運営協議会  
2月11日～13日 向上訓練 演習2

大きなところでは、新年度の新体制に向けた準備があります。

事務所職員の山田美由紀さんも多くの業務を迅速に処理していただき、縁の下の力持ちの如く支部運営の推進力ともなっております。

会員の皆様の御支援、御協力も大きな支えです。どうか今年も宜しくお願い致します。

## 広報部

1月号は、特別号として定番の記事のほか、会員の皆様の新年への思いや支部ロードマップ(育成システム図)などを加え、4ページ増の12ページで構成しました。

広報部の悩みの一つに、会員皆様方の寄稿が少ないことから、リニューアル後の会報に「会員のこえ」の掲載が出来ないことがあります。

会報は会員の皆様によって作られるものであり、会員自身のものであると思います。

支部運営に係る御意見や御要望、御自身の近況等について、御遠慮なさらずにお寄せいただければ幸いです。

なお、支部のホームページを2月に立ち上げるべく調整中です。こちらも徐々に拡充したいと考えておりますので、支部事務所あて、郵送及びFAX、メール等で御意見、御要望等をお寄せいただければ幸いです

(メール [sapporo@counselor.or.jp](mailto:sapporo@counselor.or.jp))。

## 養成講座部

昨年末、平成17年度産業カウンセラー養成講座開講の実施承認を協会本部から受けることが出来ました。(3年に一度ある厚生労働省への再指定申請は、承認待ちの状態です。)17年度からは新教育体系に基づくカリキュラムにより、面接実習時間数が21時間増加しました。内容としては、本部作成のDVD教材を使用し、50分間の面接・問題把握の実習等で、カウンセリングプロセスを理解促進できるものです。産業現場で実践できる専門家「産業カウンセラー」を養成するため、指導内容を充実させるべく、今年も実技指導者一同、研鑽に励んでいます。

### 平成17年度産業カウンセラー 養成講座募集のご案内

同封のご案内は、会員の皆様に平成17年度の募集要領をお知らせするとともに、受講したいと思案している方への情報提供に活用していただくためのものですので、お知らせいたします。

なお、平成17年度の募集につきましては、すでに、電話等による照会が多数寄せられており、申込状況によりましては、相当数について、ご希望に添えないことも考えられますので、あらかじめご承知いただきますようお願いいたします。

# 旭川レポート

## 『定例研修～カウンセリング実践講座(旭川)のご報告～』

12月11日、清水信介先生を講師に「心理面接におけるカウンセラーの仕事」と題し、これまでの学習をふりかえり、カウンセラーは実際の面接でどうすればよいのか、どのような仕事をするのかについて講義が行われました。

「傾聴の大切さ」「カウンセラーとしてあるべき基本的な態度」など理解しているつもり、気をつけているつもりですが、どうもしっくりこない。「カウンセリングプロセス」って実際どうしたら組み立てられるのだろう？…そんな風に考えたこと、ありませんか？私自身、初級講座終了後、向上訓練や他の講座等でカウンセラーとしての態度や様々な理論や技法について学んでいるところですが、それらをどう総合的に理解し実際の場でどう役立てることができるのか悩んでいるところだったので、まさにタイムリーな講座だと思い受講しました。

講義はカウンセリング初心者が陥りやすい考え方や事例を中心に、カウンセラーとしての資質向上に必要なことなどをわかりやすく説明していただきました。資格を取ったのだから「基本的なことはわかっているあたり前」と考えがちですが、その「わかっている度合い」は学びの深さや経験によって違って、「これだけやれば大丈夫」といったラインはないような気がします。自分らしいカウンセラーとしてのかかわり方を身につけるには、絶えず研鑽し経験を重ねていくこと、継続して学んでいくことが必要だと改めて感じました。

旭川での清水先生の講座は初めてでしたが、少し緊張した感もありましたが、学習の方向性を探る上でもとても参考になりました。第2弾もぜひ開催していただけるよう期待します。

## 『雑感』

旭川で元気な場所といえば動物園、北見にいる姪(小2)もすっかりファンになりこちらに遊びに来るたび必ず連れて行くと要望されるものですから、私も年間パスポートを購入し足繁く通ったりしています。(本当は子供と一緒にだと堂々とはしゃげて嬉しいんですけどね…「オトナも楽しめる」というのはあながち大袈裟ではないかもしれません。)

去年は様々なマスメディアで取り上げられましたが皆さんご覧になりましたか？長年あたためていた理想の動物園を描いたスケッチ、それをもとに作られた新しい施設、動物(ペンギンやシロクマ)、そしてそこで働く人々…。一度は閉園にまで追い込まれていた施設がここまで有名になったのですから、それぞれにドラマがあるのですが、私が特に印象に残っているのは、

二 俣 美 幸

若い飼育員の方々が新しい試みを積極的に楽しんで行っていること、それを嬉しそうに見ている園長や先輩達の姿。「新人だった頃、毎日大変で失敗も多かったけど、こんなふうに温かく見守ってくれてる先輩いたな～」なんて思い出しました。はたして今の自分はどうか？楽しんで仕事をしているだろうか、一生懸命何かに向かって努力しているだろうか、誰かを温かく見守る心をもっているだろうか…。

そんなことをちょっぴり考えながら、今年もまたシロクマに会いに行くことでしょう。皆さんも機会があったらぜひ立ち寄ってみてください。がんばってる人からエネルギーをもらってもよし、ただボーっと動物たちを眺めるもよし、自由なスタイルで楽しんでください。

# 行事等のお知らせ

## 協会主催

### 1 向上訓練

#### 演習Ⅱ

日 程 2月11日(金)・12日(土)・13日(日)  
場 所 かでる2・7  
(札幌市中央区北2条西7丁目)  
講 師 森川 千鶴子氏(当協会講師)  
定 員 20名(若干の余裕あり)  
申込締切 1月31日(月)  
受講費用 39,000円

### 2 市民公開講座

日 時 2月23日(水)  
13時00分～16時00分  
場 所 厚生年金会館3F「黎明の間」  
(札幌市中央区北1条西12丁目)  
講 師 河野 慶三氏  
(富士ゼロックス㈱健康推進室  
全社産業医)  
テ ー マ 「職場のメンタルヘルス現状とその対策」  
申 込 み 申込書に記入の上、FAXで送信  
(定員120名)  
受講費用 無 料

### 3 全国一斉電話相談

日 時 3月18日(金) 12:00～20:00  
19日(土) 10:00～20:00  
※ 詳細未定

### 4 キャリア・コンサルタント講座

日 程 4月16日(土)・17日(日)、  
5月7日(土)・8日(日)  
場 所 かでる2・7

(札幌市中央区北2条西7丁目)

※ 詳細は、後日お知らせします。

### 5 ㈱日本産業カウンセラー協会第35回全国研究大会

日 時 5月28日(土)12時30分  
～29日(日)15時30分  
場 所 「パシフィコ横浜」  
(横浜市西区みなとみらい1-1-1)  
テ ー マ 人と組織—たがいを活かしあう  
社会へ  
サブタイトル 産業カウンセラーの新たな役割の  
展開  
参加費用 11,550円(会員)、12,600円(一般)  
8,400円(学生)

※ 友人、知人の方などをお誘いの上、御参加ください。

## 協会以外のイベント等

### 第4回日本認知療法学会 および第5回認知療法研修会

日 程 (大 会) 2月18日(金)・19日(土)  
(研 修 会) 2月20日(日)  
(市民講座) 2月20日(日)  
場 所 札幌コンベンションセンター  
(札幌市白石区東札幌6条1丁目)  
定 員 50または70名(各講座ごとに決定)  
申込締切 定員になり次第(若干の余裕あり)  
受講費用 1講座5,000円  
申込み先 札幌市北区あいの里2条5丁目  
北海道医療大学心理科学部  
坂野研究室内 第4回日本認知療  
法学会準備委員会  
問合せ先 Eメール:jact\_4@yahoo.co.jp  
Tel/Fax:011-778-8916

## 編集後記

明けましておめでとうございます。札幌の新年は比較的穏やかに明けましたが、皆様の地域ではいかがだったでしょうか。昨年末にスマトラ沖地震が起き、多くの犠牲者が出るとともに、今なお行方不明になっている方や身元確認が困難な方などがおられ、災害の一年を象徴する悲惨な出来事となりました。家族や親族を亡くされ、傷心の上に食料や飲料水も不自由、伝染病等の心配もされている状況は、本当に気の毒で掛ける言葉も見当たりません(さりとて、救援に駆けつけることも出来ず…)。早期の復興と被災者の方々の心が、一日も早く癒される時がくることをお祈りしたいと思います。(合掌 OGG)