



JICA 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6-1 ストークマンション札幌308号  
TEL&FAX 011-736-2333 ホームページ <http://www.do-counselor.jp>

## 養成講座札幌教室が開講しました

4月5日札幌サンプラザにて、2009年度産業カウンセラー養成講座が開講しました。

この講座は一般の方向けに例年開催しているものですが、毎年定員以上の申込がありご希望に添えない心苦しさを抱えております。そこで近年は実技指導者の増強を図り、少しずつではありますが定員数を増やして参りましたところ、今年度は73名でスタートすることができました。最近の傾向といたしましては、札幌近郊だけでなく、JRでも片道5時間以上かかるような地方からも通われる方が増えてきているようです。それだけ北海道全域に「産業カウンセラー」の名が浸透してきていると言えるのかもしれません。

さて、開講式の様子ですが、桑原支

部長の開講あいさつでは、来年50周年を迎える産業カウンセラー協会の流れをふまえ、「最初は小さな自発的学習グループであったものが、現在、これだけ多くの方に関心を持っていただき、社会に貢献できる組織として成長してきた背景と今後の展望、そして産業カウンセラーを目指す皆さんがこの講座で何を学んでいただきたいのか、他者を援助する為に必要なこととは…」な



どが伝えられ、受講者の皆さんも真剣な表情で聴き入っていた姿が印象的でした。その後、実技指導者の紹介、受講にあたってのオリエンテーションで留意点やカリキュラム、ホームワークの説明などでやや気合い(!?)の入ったところで、最初の面接実習「出会いのワーク」から始まる全体でのグループワーク、最後は各グループにわかれての実習の体験を通して、ここで出会った仲間と期待や不安、感想を共有しました。このあたりの緊張感とそこから少しずつ解かれていく感じ、なんとも

言葉にならない様々な思いは、養成講座を受講された会員の皆さんの記憶にも、結構残っているのではないのでしょうか？

すでに3回までのカリキュラムが終了し、理論講座と面接実習も順調にすすんでおります。これから7ヶ月間、体験学習を通して自己理解を深め、共に学びあうことを大切に、11月には全員が無事修了されることを願っております。

## 養成講座医療大学教室が開講しました

札幌教室が開講した翌週の4月16日には、養成講座北海道医療大学教室が開講しました。この講座は昨年度から協会事業として、北海道支部が委託された講座です。

受講者は大学3年生の30名で、学生は授業が終わってから決まった曜日に駆けつけて来ます。3時間ずつ面接実習を重ね、合計81時間の面接実習が実施されます。ホームワーク提出も全国の教室とも同条件で、修了後は産業カウンセラーの受験資格が得られます。

札幌教室の受講者は社会で活躍していたり、家庭で役割を持ちながら学ぶものですから、ホームワークに追われる7ヶ月間は苦労が大きいものです。同じように学生も、大学の授業やゼミ、レポート提出もバイトもありながら、産業カウンセラーの養成講座でも頑張っています。近い将来、同じ志を持った仲間として協会の活動現場で会えることでしょう。

## 支部認定講師事前研修2を受講して

3月15日、かでの2.7にて支部認定講師事前研修2の最終日が13名の参加によって行われた。最終日ということで、この日は1人15分のプレゼンを行い審査をうけることになっており、朝から教室には緊張感と色々な思いが漂って妙な感じがした。私はというと、まずは形からということでスーツを着用し心なしか地味な見た目で審査に臨んだ。それぞれの準備された資料などから、研修にかける思いや人に伝えることへの真摯な態度が感じられた。人として、産業カウンセラーとして講師を行うにあたって大切なことを講師の島仲先生、桑原先生の温かさや的確さから、そして受講された方々の一生懸命さから学ぶことができたことが何よりの学びとなった。自分の審査に関していうと、結果？いやいや終わってホッとしたの一言でしかない。今回の研修もまず参加すること、そしてやってみること、そこから自分に何が残ったかを感じたときに、たくさん勉強したなと思える自分がいた。受講して、次は何しようかなと前向きな気持ちになれたことを今後に活かしていきたいと思う。

平成21年度、北海道支部認定カウンセラー育成研修（レディネス）が4月より開講しました。今年も「レディネス通信」としてリレー形式で受講者の皆様の感想や気づき、学びなど色々な思いを会員の皆様にお伝え出来ればと思います。

No.07

# レディネス通信

4月11日土曜日、支部事務所にて支部認定カウンセラー育成研修が7名の参加により幕を開けた。ここから審査を含めると12月までの長丁場となる研修をどんな人が一緒に受けていくのか、どんな勉強が待っているのかとを巡らしこの日を迎えたのだが、終わった時に私はとてもニヤニヤしていた。なぜなら、講師である清水先生のお話がとても興味深く、楽しかったからだ。清水先生は一人一人の現状や研修を受けようと思った気持ちをゆっくりと、そしてしっかりと、大きく頷きながら聞いて下さり、その姿から何とも言えない安心感を感じさせて下さった。カウンセリングの場での安心感というものの大切さを実感することができた。清水先生のもと6人の仲間としっかりと勉強して行こうと思っている自分が嬉しく思えた1日目だった。(M.Y)



## 「キャリア・コンサルタント講座を受講して」

3月、産業カウンセラーの試験結果の通知書を恐る恐る開封してから3週間が経ち、現在キャリア・コンサルタントの講座を受講しています。昨年の養成講座終了後は、ただ一心に合格を目標に勉強してきました。そして、念願だった試験に合格することができました。しかし、実際に資格を取得した自分に何ができるのだろうか、そう考えたとき、「まだまだ知識が足りない」「理論や方法が解っていても運用したことがない」他に、「カウンセラーとして情報収集すべきルートが分からない」「実践経験がない」等、つまりもっと勉強する必要があると心から思いました。そんなときにこの講座の案内を見て、自分の進むべき方向が決まりました。本講座は、まだ2日目を終えたところですが、期待していたとおりでした。

1日目の井田喜治講師は、勤めていた企業での体験を基にラポールのあり方、キャリア・カウンセラーとしての姿勢や役割、諸理論の解説とインターネットの活用について等、2日目の清水良子講師はブランドハプンスタンスの概念を基に自己紹介され、キャリア・コンサルタントに必要なスキルとして、VPI職業興味検査の演習やキャリアシートの作成方法についての内容でした。

本日の講師のお二人には心から感謝を申し上げます。養成講座で学んだことが、より具体的になっていくのを実感しています。そして、更に勉強は続きます……

(戸塚清光)

## 「21年度会員研修」が決まりました

### ●「カウンセリングとイメージ技法」4回シリーズ

(講師：清水信介 北星学園大学教授)

今年度の研修では、昨年に引き続いてユング派心理療法の考え方を紹介するとともに、産業カウンセリングの場面でも利用可能な描画技法の実習を行なう。4回連続の講義につき出来る限り初回から連続してご参加ください。

### ●「認知行動療法」

(講師：坂野雄二 北海道医療大学教授)

今年度は9月に帯広市で「入門講座」を、10月に札幌市で「入門講座」と「ステップアップ講座」を開催する予定です。

※この他にもご好評を頂いております「傾聴トレーニング研修」なども予定しています。詳細が決まり次第、すずらん、ホームページにてご案内致します。

# 北海道支部事務所移転のお知らせ

日本産業カウンセラー協会北海道支部事務所の移転が決まりました。

従前から移転のための積立をして準備を進めてきました。

現在の事務所の契約が今年の5月で切れることもあり、昨年秋より30数箇所の物件を見て歩き検討を重ねてまいりました。

移転には契約が切れる他に以下のような理由があげられます。

- ①現在の事務所は25.19坪でマンションのため、キッチン・浴室・トイレ・押入れもあり、事務所としてはデッドスペースが多い
- ②カウンセラー室が少なく、最近カウンセラー契約を結ぶ企業・団体が増加し要望に応えるためカウンセラー室の増設が必要
- ③現在、研修会場を外部に借りているが、今後を考えても研修を開催できるスペースが欲しい
- ④支部を大きく発展させる為、事業の拡大が求められておりスペースが必要

移転先の条件として

- ①家賃、共益費のなるべく安価な物件
- ②地方在住の会員の方も多数おられるので、札幌駅より徒歩10分以内
- ③カウンセリングを行うのにふさわしい雰囲気、イメージがあるビル

以上のことから検討を重ねた結果、条件に合う場所が見つかり、本部の了解も得て移転が決まりました。

新事務所

**札幌市中央区北4条西7丁目1-5 札幌ホワイトビル3F (45.91坪)**

**電話 011-209-7000 FAX 011-209-7011**

相談室2、電話相談室1、会議室(セミナールーム)1、事務室、作業スペース

札幌駅より徒歩8分で、冬場も地下道より2ブロックの場所であり、札幌京王プラザホテルの南向側になります。

オフィスビルのため、防犯上の観点からビルのシャッター開閉時間に制限があり会員の方のご協力を頂くことになります。

家賃などにつきましては、ここ数年の収支を基に検討し本部から補助金も考慮し決定しました。

引越は5/16です。5/18から新事務所スタートの予定です。

電話などはしばらく転送可能の体制にします。

詳細は又改めて会員の皆様へご連絡をいたします。



札幌ホワイトビル

## リラックスも楽じゃない!?

北海道の一番良い季節がやってきましたね。  
みなさま、いかがお過ごしでしょうか？

私は雪が融けてからほとんどの土日を季節外れの「大掃除」に費やしています。15年一人暮らしをしていましたが、この秋に両親と同居することになったのです。

荷物は置くスペースがあると際限なく増えるものですね・・・

荷物が多いいのは遺伝なのか性格なのか、両親の荷物もかなりあります。

しかも、同じものを一緒に購入したこともあり「食卓テーブル」「米びつ」「ソファー」は「お揃い」です。これをどうするか頭が痛いのです。

そうして、頭の痛いことがもうひとつ。

同居するのだからとお風呂をリフォームしてバリアフリーにと考えました。

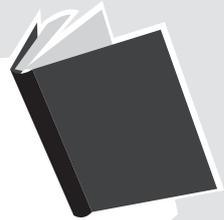
新しいお風呂で気持ちよく疲れを取りたいとあれこれ選んだところ、いまはユニットバスなので組み合わせが利かないんですね。大きさがぴったりのは1つのメーカーだけでなんと100万円近くするらしい。やっぱり今のままで我慢しようかと悩んでいます。

リラックスをするのも楽じゃないと痛感しました。やれやれ・・・



『役立ちの1冊』

## 関連BOOKの紹介



◎いつも同じ対人パターンを繰り返してませんか？

今回紹介する本は、

『なぜか同じ失敗を繰り返してしまう人たち』

芦原 睦著（扶桑社文庫）

「人付き合いの“悪いクセ”には、本人さえ気付かない動機が隠されている！」  
交流分析の主要分野のひとつ「心理ゲーム」の世界を、わかりやすく見せてくれる本が、ここにあります。  
職場、友達、家庭内などの対人関係で、なぜかわからないけど会話がなんとなく後味悪く終わってしまったり、ひどい時には言い争いをしてしまったり・・・

気がついたら同じ心配を繰り返していて、そして「あーまたやっちゃった」とため息をついたりする・・・  
そんな誰もがやってしまう対人関係の失敗や、とりがちな対人関係のクセについていろいろなパターンで紹介してくれている本です。

この「心理ゲーム」は、実はエゴグラムでおなじみの『交流分析』の大切な一分野。この本は、交流分析の醍醐味のひとつである「心理ゲーム」についてわかりやすく教えてくれています。

「相談しておいて助言を受け入れない人」「なぜかひどい目に遭いたがる人」「あなたのためを思って、と親切の押し売りをする人」など、交流分析の創始者エリック・バーン博士がベストセラー書『Games People Play（人生ゲーム入門）』で紹介した心理ゲームの数々を日常語で易しく書いてあるので、本当に生き生きとわかりやすく教えてくれます。

ぜひ一度、手にとって見てみてください。おそらく読み始めたら、「あ、なるほど、わかるわかる！」って楽しくて一気に読んじゃいますよ。(M・I)

# 各部からお知らせ

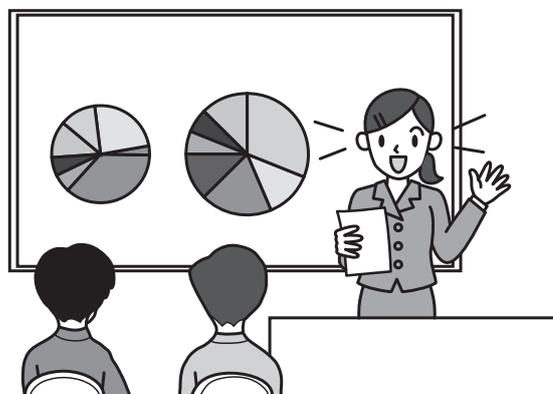
## 養成講座部

### 養成講座実技指導者育成講座の札幌開講が決定しました

この講座は、産業カウンセラー養成講座において産業カウンセラーの育成に関わる実技指導者の育成を目的として、2年前から協会事業として実施されています。

札幌で数人の希望者がおりましたので、前回発行のすずらんでご案内しましたところ、札幌で9名の受講が決まり、5月10日に開講することが決定しました。

今年度は全国6教室(札幌、仙台、東京、名古屋、神戸、福岡)で79名が受講し、8か月間で、演習を伴う理論学習(19日間)と実技指導演習(20日間)の39日の通学があり、実技指導演習のうち6日間は全国合同演習になります。たいへん厳しい日程ですが、12月13日の閉講までに多くの学びと手応えを得たい養成講座部です。



## ◆関連団体の情報コーナー◆

### ◎北海道産業保健推進センター

#### ●「職場におけるメンタルヘルス対策1」

～職場復帰の好事例からみたメンタルヘルス対策～

日時：5月19日(火)18:00～20:00  
場所：北海道産業保健推進センター  
講師：桑原 富美恵(日本産業カウンセラー協会  
北海道支部長、産業保健相談員)

#### ●「職場におけるメンタルヘルス対策2」

日時：5月26日(火)18:00～20:00  
場所：北海道産業保健推進センター  
講師：桑原 富美恵(日本産業カウンセラー協会  
北海道支部長、産業保健相談員)  
(7/14旭川、7/30 函館でも開催予定です)

5月～7月まで、他にもメンタルヘルス等に関する研修が開催されます。

詳細は北海道産業保健推進センターのHP  
(<http://www1.biz.biglobe.ne.jp/~sanpo01/>)

をご参照ください。

### ◎中央労働災害防止協会

例年中災防(中央労働災害防止協会)が主催している、THP指導者のための実務向上研修が実施されており、今年度は、以下のとおり札幌で開催されます。テーマは、メンタルヘルス支援として私たち産業カウンセラーが理解を深めておきたい内容です。詳細は同封の実務向上研修のご案内を確認してください。

なお、参加者はTHP指導者登録更新のための6単位が取得できます。

名称：THP指導者のための実務向上研修  
講義：「職場における睡眠教育の実際」「認知療法でストレス対処」など  
日時：平成21年7月15日(水)9時30分～17時00分  
場所：中災防北海道安全衛生サービスセンター  
札幌市中央区南19条西9丁目2-25

問合せ：電話011-512-2031 FAX011-512-9612

申込方法：別添の案内裏の参加申込書に記載し、上記FAXにて申込みをしてください。

# 行事等のお知らせ

## 研 修

### シニア研修

#### 「人間性心理学の理論」(K0113)

日 時：7月11日  
場 所：北海道支部会議室  
講 師：清水信介(北星学園大学教授)  
受講費用：13,000円  
申込締切：6月19日

#### 「産業カウンセリングに関わる関係法令」(K1100)

日 時：7月12日  
場 所：北海道支部会議室  
講 師：前田啓一(労働衛生コンサルタント)  
受講費用：13,000円  
申込締切：6月19日

#### 「職場のメンタルヘルス」(K0400)

日 時：9月26日  
場 所：北海道支部会議室  
講 師：久村正也(札幌心身医療研究所所長)  
定 員：30名  
受講費用：13,000円  
募 集：7月予定

### 会員研修

#### 「カウンセリングとイメージ技法(Ⅰ)」4回シリーズ

日 時：6月9日(火) 18:30～20:30  
場 所：かでの2.7(720号室)  
講 師：清水信介(北星学園大学教授)  
定 員：40名  
受講費用：2,000円  
申込締切：5月29日(金)  
※4回シリーズです。できるだけ初回よりご参加ください。  
～すずらん当号をご参照ください～

#### 「カウンセリングとイメージ技法(Ⅱ)課題描画法の実習」

日 時：8月11日(火) 18:30～20:30  
場 所：かでの2.7(520号室)  
講 師：清水信介(北星学園大学教授)  
定 員：40名  
受講費用：2,000円  
申込締切：7月31日(金)

#### ■Ⅱの受講時に持ってきてもらうもの

各自でA 4判(あるいはB 4判)の画用紙2枚、新聞紙1枚、黒のサインペン、クレヨン(12～16色程度)を用意して下さい。

### キャリア・コンサルタント

#### 「CC講座B」

日 時：4月26日・5月2日・3日・6月14日  
(4～5月の講座は終了)  
場 所：かでの2.7  
講 師：清水 良子(協会員チーフトレーナー)  
定 員：24名  
受講費用：会 員：45,000円  
非会員：65,000円  
受付期間：3/10～3/31(終了)

### 養成講座

#### 「平成21年度産業カウンセラー養成講座」

日 時：4月5日開講(4/5～11/7まで)  
場 所：札幌サンプラザ

### 全国大会

#### 「第39回全国研究大会・関西大会」

日 時：5月30日(土)～31日(日)  
場 所：神戸市 ポートピアホテル、神戸国際会議場  
大会テーマ：産業カウンセリング 原点から未来への創造  
～個人を尊重し、活かしあう社会をめざして～

### 北海道支部総会

日 時：6月27日(土) 13:30～17:00  
場 所：札幌サンプラザ 金枝の間

研修申込先 (社)日本産業カウンセラー協会北海道支部

札幌市北区北7条西5丁目6-1-308 電話・Fax：011-736-2333

振 込 先 郵便振替 02700-9-1731 (社)日本産業カウンセラー協会北海道支部

## 編 集 後 記

本年度の会員研修の日程と内容が決まりました。大変お待たせをいたしました。昨今は研修会場の椅子と机が足りないくらい大変ご好評をいただいています。今年も沢山の方にご参加をいただければと思います。人数に限りがございますのでお早めにお申し込みください。