

# すすずらん



題字 小川 東州

JICA 社団法人日本産業カウンセラー協会北海道支部

〒060-0004 札幌市中央区北4条西7丁目1番地ホワイトビル3階  
TEL 011-209-7000 FAX 011-209-7011  
ホームページ <http://www.do-counselor.jp>

## 代議員制移行に伴う、 支部選挙管理委員等が決定、任命されました。

会員の皆様は既に会報等でご承知のように、(社)日本産業カウンセラー協会では、2009年5月31日(日)東京で開催された総会において、総会の代議員制移行等を内容とする定款変更案を可決し、厚生労働大臣の認可(6月29日)を得て、新たな制度がスタートしました。

代議員制総会は、当協会の会員数が大幅に増加し、大規模社団法人に成長した結果、法人運営の適正化のため必要になったものであります。今後総会は、従来の正会員が直接参加する形態から、支部を選挙区とする代議員選挙により代議員を選出し、これらの代議員が事業計画や予算、決定等協会の基本的事項を審議決定する制度に変更されました。



したがって、代議員制総会を適切に運営するためには、支部における代議員選挙が会員の意向を十分反映した公正で透明性のある手続きで進められることが必要不可欠であります。そのため、7月11日に開催されました総会後初めての理事会で代議員選出に関わる規定等が決定され、定款、代議員選挙規定〈以下『規定』という〉、代議員選挙実施細則〈以下『細則』という。〉が制定されました。

上記規定に則り北海道支部では平成21年8月1日(土)13時30分より開催されました運営協議会にて  
選挙管理委員

代議員推薦委員

の各委員が決定され、同日、支部長より任命されました。

選挙管理委員に任命された方々は次の三氏です(規定第3条第2項)

桑原富美恵

赤川 素子

佐久間千雅

(尚、選挙管理委員の互選により、選挙管理委員長には、桑原 富美恵氏が就任されました。)

代議員推薦委員に任命された方々は次の五氏です(規定第9条第3項、細則第3条第1項)。

斎藤 真一

永井 義信

二俣 美幸

安井 元美

山村 弘美

尚、総会代議員選挙等に関する詳細は、機関紙「産業カウンセリング」2009.7.8 No.264号20～21ページをご参照ください。

### ◎代議員選挙立候補等の受付について

(社)日本産業カウンセラー協会定款第24条に基づき、代議員選挙立候補等の受付を、同封の様式2号「代議員選挙立候補等の受付について」及び様式3号「代議員選挙立候補の届出について」により実施いたします。



## シニア講座(人間性心理学の理論)を受講して

7月11日、人間性心理学の理論の講座が北星学園大学清水先生をお招きして行われました。人間性心理学は、心理学に人間性を取り戻そうとして起こした運動で、一つの学派ではなく、同じような考えをもった学派が起こしたものであるということで、マズローやロジャーズなど、代表的な学者の説明と共に、心理学の動向を丁寧に説明していただきました。最後にカウンセラーの仕事として、フェルトセンスを概念化させるよう、はっきりしない感覚やからだの感じにも注意を向けている必要があるという説明に、今後の仕事で活かせるようになりたいと思いました。

(I.F)



## シニア研修「産業カウンセリングに関わる関係法令」を受講して(7/12)

標記の関係法令中、最も重要な法律としては、労働基準法と労働安全衛生法が挙げられる。

後者については、労働安全衛生施行令など政省令及び各種通達も重要になる。

次に戦後からの基本的な流れとして、変形労働時間制などの労働時間や派遣労働などの雇用形態の多様化が促進されたこと、男女雇用均等の徹底や育児・介護への配慮がされたことが挙げられる。また安全衛生関係では過労死の原因といえる過重労働問題に対して、健康保持増進やメンタルヘルス対策について、事業者により配慮することが求められてきている。さらに年金給付年齢の引き上げにともない、雇用期間の延長が促されている。

現在の関係法令について要約すると、労働者の多様な働き方を認めつつ、労働者の雇用を守るために雇用者に解雇や男女雇用機会に関する制限を厳しく課す一方、健康保持増進等に対して、事業者組織的な取り組みや日常の安全配慮を義務付けていると言えよう。

(二宮 嘉朗)



## 会員研修『カウンセリングとイメージ技法(Ⅱ)』を受講して

会員研修『カウンセリングとイメージ技法(Ⅱ)：課題描画法の実習』に参加しました。

全4回シリーズで、自分の都合で2回目からの参加になったことは残念でしたが、養成講座で興味深い講義をいただいた清水先生が講師とあって大変楽しみにしていました。

講義では、「風景構成法」についての実施方法や見方の説明をいただき、実習となりましたが、何より絵心が無いことから内心ドキドキして望みました。が、先生のおっしゃる順に、川を描き、山を描き、田んぼを描き…全10項目の風景画を画用紙に描き入れ、クレヨンで仕上げて完成となり実体験を終了。その後は、過去の実例からクライアントの深い心理状況なども話していただき、絵はその時の感じているものが率直に表現されるものであることや、実施するには相当な訓練が必要であることなど、この技法の難しさがわかりました。描画法のイメージを掴んでいませんでしたが、今回の講義を通して少しでも捉えることが出来たのは貴重な体験でした。

次回の「相互なぐり描き法の実習」についても是非参加したいと思います。そのネーミングもさることながら、どんな話が聞けるのか今から10月が待ち遠しいです。

(小林 一哉)



## 「実技指導者育成講座の合同実技指導演習(東京)に参加して」

札幌はなかなか夏らしくならない天気の中、28度で「涼しい」と言われる東京へ行ってきました。

いつも代々木教室のサテライト画面に映っている受講者の皆さん、そして遠くは九州の方々との対面でした。暑さと緊張と技量のところもと無さから、遠慮がちに会話していましたが「皆、同じ気持ちなんだ!」と感じてからは一緒に勉強する仲間として、急速に打ち解けることができました。

3日間という限られた時間での内容は、アサーションの座学・逐語検討・ライブでのセッションと大忙しでした。

アサーションは人気の渋谷先生です。隣の席の方と試しに会話してみたり、具体性の高い内容にあっという間に時間が過ぎました。7～8名のグループに分かれての逐語検討は検討時間の制限が大変厳しく、「これから深くなるのに!」という空気が一杯でした。一番長く時間を費やしたカウンセリングは一人必ずカウンセラー役とクライアント役を1回以上持つという、1日半の演習でした。初対面の人とのカウンセリングは本当に久しぶりで、良い緊張感がありました。

全国の各教室の特色や事情、受講者のレベルを目の当たりにして、たった9人の札幌は「けっこういい線いってるかも!」と、ひとりほっとしながら、帰途につきました。

今回は11月。より濃い内容で全国の仲間と勉強できる日を目指して、9人で悩んだり笑ったりして勉強しています。

(池原 依子)



## 合同実技演習に参加して

7月18日～20日の3日間、東京での合同実技演習に参加してきました。東京は暑かった!です。気温湿度はもちろんのこと、全国各地からあつまった参加者の積極的な姿勢に圧倒されました。1日目から逐語のふり返りがグループでありました。皆さんの観察力の鋭さ、アドバイスの的確さ、ズバズバと胸に響くとともに幼稚な感想しか言えない自分が情けなくなり1日目から帰りたくなりました。

私には実技指導者は向いていない…。面接もまだまだ未熟な上に観察力もそれをうまく伝える力もない。その夜は北海道から行った仲間に近くの居酒屋で慰められなんとか持ちこたえましたが11月の2回目の合同演習はもう来ないかも・・・思っていました。

2日目はアサーションの講義と面接実習がありました。その日も朝から緊張して臨みました。昨日とはうってかわって、カウンセラー役になると皆さん緊張されていました。そこであれっと思いました。実習の合間の雑談で人の面接をみて感じたことは言えるけど、実際に自分でするのはとは違う。とおっしゃるのです。この夜は全国から集まった有志で親睦会がありこれがまた熱かった!そこである方に「安東さんの気持ちわかるよ。でも何事も経験・回数だと思う。人のいいところは盗もうくらいの気持ちでやろう」と言ってもらえこの日を境にもう少し頑張ってみようかな。と思うようになりました。3日目はカウンセラー役を体験しましたが、よいところも悪いところも未熟な自分を見てもらおうという気持ちで割とリラックスして望めました。11月は実技指導者としての合同実技演習と聞いています。さてどうなることやら。

(安東 明子)



# 自分のポイント、ご存知ですか？

産業カウンセラーの資格を更新する為には、各種の講座や研修などに参加してポイントの取得が必要です。現在全国的に見て、ポイントの取得率が大変低い状況です。更新時、ポイントが不足していると資格更新研修を受けていただく事が必要になります。そこで今回より「行事予定」などずらんで研修のご案内をするときにはポイントをお知らせする事にしました。今一度更新の為に必要なポイントをご自分で確認して頂き、今後の活動や予定の参考にしていただければと思います。

● 次回の産業カウンセラーの資格更新までの5年間で30ポイントが必要  
(シニア産業カウンセラー 40ポイント、キャリアカウンセラー 30ポイント、等)

● ポイントが取得できる例

・ シニア研修、会員研修など研修会への参加

(例 ① 1日3時間を超える6時間以内の研修→5ポイント、①を上回る時間の研修→7ポイント)

・ 本部において認められた学会、団体が主催する研修への参加

・ 全国研修会への参加 など

詳細は日本産業カウンセラー協会本部のホームページ【資格登録・入会案内(個人)】の中の「産業カウンセラー資格登録及び同更新制度規定」にありますので是非ご一読いただければと思います。尚、自分の現在までのポイントは同じく本部のホームページ【会員マイページ】からご確認ください。

## ◆ 関連団体の情報コーナー ◆

### ◎ 中央労働災害防止協会

● 「事例に学ぶメンタルヘルスセミナー」

日 時：10月29日(木)13:00~17:00

場 所：北海道安全衛生サービスセンター研修室  
(札幌市中央区南19条西9丁目)

内 容：講義「事業所内メンタルヘルス対策構築  
のポイント」

講 師：(社)日本産業カウンセラー協会 桑原 富美恵氏

◇ 取組事例紹介2社予定

◇ パネルディスカッション

※詳細は同封のパンフレットをご参照ください。

リラックス  
タイムコラム  
③⑩

## サポーターを探そう。

自分が落ち込んだ時、誰が支えてくれたり、サポートしてくれるか？私達は、人によって傷つけられ、人によって癒されます。私の所にみえる相談者は「人に迷惑をかけてまで生きたくない」「自分がだめな為に人に迷惑をかけている」と捉えている事が多いです。私達は誰一人、自分の力だけでは生きていけません。誰かのサポートを貰いながら生きています。それをサポートして貰っていると思えるか？迷惑をかけていると思うかには、大きな差があります。サポートして貰っていると思えるとサポーターに感謝できます。しかし、迷惑をかけていると思うと自分が存在しては駄目に感じます。今、自分の周りにどんなサポーターが居るか？意識してみると改めて自分が多くの人に支えられている事に気づきます。

- ①あなたを愛してくれる人。
- ②あなたを必要としてくれる人。
- ③あなたに起こった事に関心を持ってくれる人。
- ④あなたを誉めてくれる人。
- ⑤あなたが信頼できる人。
- ⑥あなたの気持ちや考え方を解ってくれる人。
- ⑦本気であなたの言うことを聴いてくれる人。
- ⑧話していて楽しい人。
- ⑨困った時、苦しい時に頼りになる人。
- ⑩情報やアドバイスを求める事が出来る人。
- ⑪日々の必要な事を手伝ってくれる人。

何人かの人を思い出しましたか？あなたを必要とされる人を思い出ただけで、自分の葬儀で泣いている人を想像するだけで、自殺は予防出来ると言われていました。実際どのようなサポートを受けている事実より、サポートを貰えると言う期待感が、私達を元気にしてくれます。

# 各部からお知らせ

## 平成21年、22年度の運営協議委員が決定しました

6月に行われました、支部総会にて承認されました運営協議委員12名の役割がきまりましたので紹介させていただきます。

これから2年間、宜しくお願いいたします。

### ●相談事業部

清水 良子、谷藤 陽子

### ●養成講座部

伊澤 敦子、安井 元美

### ●会員研修部

斎藤 真一、濱中 良子

### ●広報部

伊藤 恵子、佐藤 茂、

高田 明子、時政 佳奈、

松山 翰吉

### ●公益法人化推進担当

桑原富美恵

## 「働く人の電話相談室」実施のお知らせ

昨年同様、9月10日の世界自殺予防デー（WHO）にあわせて「働く人の電話相談室」を実施します。

日時は9月10日～12日の3日間（10：00～22：00）北海道支部内に専用電話回線を設け支部認定カウンセラーが対応します。

尚、詳細は次号すずらんにて掲載予定です。

## 「メンタルヘルス研修の講師派遣」のお知らせ

本年度も、札幌市の「メンタルヘルス研修の講師派遣」を実施します。

日程は10月1日（木）～12月25日（金）となります。

詳細は今回同封しますパンフレットをご参照ください。

## 陸上自衛隊札幌駐屯地司令部より、感謝状

前期で北海道支部の支部長を退任されました桑原富美恵前支部長の長年の功績に対して、8月22日陸上自衛隊札幌駐屯地司令部より感謝状をいただきました。

当日は桑原前支部長が出張で不在の為、永井支部長が代理で受け取りました。



# 行事等のお知らせ

## 研

### シニア研修

#### 「職場のメンタルヘルス」(K0400)<5ポイント>

日時：9月26日(土)  
場所：日本産業カウンセラー協会北海道支部 会議室  
講師：久村正也(札幌心身医療研究所所長)  
前田啓一(労働衛生コンサルタント)  
定員：30名  
受講費用：13,000円  
申込締切：締め切りました

#### 「面接記録のとり方」(M1210)<5ポイント>

日時：10月17日(土)  
場所：日本産業カウンセラー協会北海道支部 会議室  
講師：清水信介(北星学園大学教授)  
定員：25名  
受講費用：13,000円  
申込締切：9月30日(水)

#### 「カウンセリングプロセス」(M1220)<3ポイント>

日時：10月18日(日)  
場所：日本産業カウンセラー協会北海道支部 会議室  
講師：清水信介(北星学園大学教授)  
定員：25名  
受講費用：7,000円  
申込締切：9月30日(水)

#### 「クライシスカウンセリング」(M1230)<3ポイント>

日時：10月18日(日)  
場所：日本産業カウンセラー協会北海道支部 会議室  
講師：清水信介(北星学園大学教授)  
定員：25名  
受講費用：7,000円  
申込締切：9月30日(水)

#### 逐語検討1(M1710)<各日5ポイント>

日時：12月19日(土)・20日(日)  
場所：日本産業カウンセラー協会北海道支部 会議室  
講師：当協会会員講師  
定員：20名  
受講費用：26,000円  
申込締切：11月20日(金)

### 会員研修

#### 「カウンセリングとイメージ技法(Ⅲ)相互なぐり描き法の実習」<3ポイント>

日時：10月13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：10月2日(金)

#### 「カウンセリングとイメージ技法(Ⅳ)治療事例の検討」<3ポイント>

日時：12月8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：11月30日(月)

## 修

#### ■Ⅲの受講時に持ってきてもらうもの

各自でA4判(あるいはB4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。

#### 「傾聴トレーニング研修(札幌市)①~⑤」(全5回)<各日3ポイント>

日時：①10月15日(木)②11月12日(木)  
③12月10日(木)④1月14日(木)⑤1月28日(木)  
各回18:30~20:30

場所：日本産業カウンセラー協会北海道支部 会議室  
講師：養成講座実技指導者

定員：各回24名

受講費用：各回1,500円

申込締切：①10月8日(木)②11月5日(木)③12月3日(木)  
④1月7日(木)⑤1月21日(木)

※養成講座受講中の方は養成講座終了後に受講して下さい。

#### 「傾聴トレーニング研修(旭川市)」<3ポイント>

日時：12月4日(金) 18:30~20:30

場所：旭川ときわ市民ホール(予定)

講師：養成講座実技指導者

定員：24名

受講費用：1,500円

申込締切：11月27日(金)

### 特別研修

#### 「認知行動療法 概論(帯広市)」<3ポイント>

日時：9月27日(日) 9:15~11:45

場所：とかちプラザ  
帯広市西4条南13丁目1番地  
(TEL:0155-22-7890)

講師：坂野雄二(北海道医療大学教授)

定員：20名

受講費用：会員 2,000円 非会員 3,000円

申込締切：9月15日(火)

#### 「認知行動療法 概論(札幌市)」<3ポイント>

日時：10月18日(日) 9:15~11:45

場所：札幌サンプラザホテル  
講師：坂野雄二(北海道医療大学教授)

定員：40名

受講費用：会員 2,000円 非会員 3,000円

申込締切：10月8日(木)

#### 「認知行動療法 ステップアップ講座(札幌市)」<3ポイント>

日時：10月18日(日) 13:00~15:30

場所：札幌サンプラザホテル  
講師：坂野雄二(北海道医療大学教授)

定員：40名

受講費用：会員 2,000円 非会員 3,000円

申込締切：10月8日(木)

研修申込先 (社)日本産業カウンセラー協会北海道支部  
札幌市中央区北4条西7丁目1番地ホワイトビル3階  
電話：011-209-7000 FAX：011-209-7011

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