



題字 小川 東州


 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>

## 2010年度養成講座が開講しました

2010年度産業カウンセラー養成講座が開講いたしました。北海道でのこの講座は、毎年定員数以上の申込があり、ご希望に添えない心苦しさを抱えておりました。最近では札幌近郊だけではなく、片道何時間もかかるような地方からも通われる方が増えてきており、それだけ北海道全域に「産業カウンセラー」の名が浸透し、講座が人気となっているとも言えるのかも知れません。

そこで数年前から支部中長期計画に則し、実技指導者の質・量ともに増強を図る等、受講定員数を増やせる努力を重ねてきた結果、昨年11月に開講した「旭川通信講座」に加え、この4月からは平日夜間を実習時間にあてた「札幌第2教室」を開講することができました。

2010年度は、サンプラザ教室68名、札幌第2教室18名、旭川通信21名、医療大学30名でスタートいたします。

さて、4月11日に行われたサンプラザ教室開講式の様子ですが、永井支部長、桑原理事の開講挨拶では「今年50周年を迎える産業カウンセラー協会の流れをふまえ、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に「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まずは自分を知ることが必要であること…」などが伝えられました。受講者の皆さんも真剣な表情で身を乗り出し、聞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は留意点やカリキュラム、ホームワークの説明などが行われた後、「出会いのワーク」から始まる全体でのグループワークが行われました。このあたりから皆さんの緊張が少しほぐれ笑顔が見られるようになり、自己紹介、他者紹介などの実習が行われました。ほぼ初対面の人に対し、生き生きと自分を表現し言葉に出来る、この姿を見て何年か前の自分には中々出来なかったことを思い出して、ただただ感心してしまいました。



開講挨拶をする永井支部長

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。

これから理論講座、面接実習などの体験学習を通して自己理解を深め、ともに学びあうことを大切に、秋まで7カ月続きます。11月には全員が無事修了されることを願っております。



札幌第2教室開校式の様子

No.11

# レディネス通信

22年度は大変応募が多く、17名でのスタートになります。

今年度も受講の皆様に関わり形式で、感想などを寄せていただきます。8月の中間審査、12月の最終審査を目指して研鑽を積む皆さんの思いや様子が、少しでも伝わっていただければ良いと思います。

## 「支部認定カウンセラー育成研修に参加して」

4月10日午後から第一回目の育成研修が始まりました。

私にとっては、これから半年間みっちり勉強してやるぞ!という気持ちと、これから一体何が始まるのか?そしてどんな人が参加されるのかな?といった不安が混ざり合った、ちょっと微妙な気持ちで最初の研修に臨みました。

ところがいざ会場へ入ってみると、養成講座で同期の方もおられ、少し緊張もほぐれましたし、何より講義の中で養成講座以来久しぶりに拝見する清水先生が、受講者の質問に対して丁寧に笑顔で答えて頂いたことで私の不安や緊張はどこかへ行っていました。

ただ、清水先生のお話の要旨として「私たち受講者のカウンセラーとしての勉強はまだまだ始まったばかり」であることも肝に銘じていかねばと思いました。またこの日の後半は面接実習で仲間の皆さんのレベルの高いカウンセリングをライブで見せて頂きました。

これから毎回各自がレジュメを作成しゼミ方式での勉強も始まりますし、面接実習・逐語の作成・審査等ごちそう盛り沢山の?厳しい半年間になりそうですが、健康に留意し仲間とともに認定目指してがんばろうと思った初回の研修でした。

スタッフの皆さん、清水先生。半年間どうぞよろしくお願いいたします。

(佐々木 秀典)

# 会員研修部からのお知らせ

2010年度の会員研修の内容と日程が決定いたしました。

毎年お願いして恒例となっております、北星学園大学教授の清水信介先生の4回講座は「カウンセリング再考Ⅰ～Ⅳ」、北海道医療大学教授の坂野雄二先生の「認知行動療法」は、今年はいよいよ実戦講座となります。

札幌以外では今年は旭川で開催し、清水先生と坂野先生による講座を予定しております。

今年度は新たに、北海道大学の瀧川哲夫先生(5/15終了)にもお願いし盛況をいただきました。

他にも、傾聴トレーニング研修も開催の予定です。日程等決まりましたら早速らんにてご連絡いたします。

日程	時間	科目	講師	会場	定員	申込締切	受講料	ポイント
6月8日(火)	18:30～ 20:30	<b>カウンセリング再考(Ⅰ)</b> カウンセリング関係をどのように始めるのか	清水信介 (北星学園大学教授)	かでの2.7 (1040号室)	40	6月3日(木)	2,000円	3
8月10日(火)	18:30～ 20:30	<b>カウンセリング再考(Ⅱ)</b> クライアントとどのように心の交流をしていくのか	清水信介 (北星学園大学教授)	かでの2.7 (1040号室)	40	8月3日(火)	2,000円	3
10月19日(火)	18:30～ 20:30	<b>カウンセリング再考(Ⅲ)</b> カウンセリング過程を理解する視点	清水信介 (北星学園大学教授)	かでの2.7 (1040号室)	40	10月12日(火)	2,000円	3
12月14日(火)	18:30～ 20:30	<b>カウンセリング再考(Ⅳ)</b> 事例で学ぶカウンセリングの実践	清水信介 (北星学園大学教授)	かでの2.7 (予定)	40	12月7日(火)	2,000円	3

日程	時間	科目	講師	会場	定員	申込締切	受講料	ポイント
7月18日(日)	9:30～ 16:30 (6時間)	<b>認知行動療法 実践講座</b>	坂野雄二 (北海道医療大学教授)	かでの2.7 (1030号室)	20	7月12日(月)	6,000円	5
※受講者要件:シニア研修「認知行動療法」もしくは会員研修「ステップアップ(アドバンス)」の受講経験者								
10月3日(日)	9:00～ 12:00	<b>認知行動療法 概論</b>	坂野雄二 (北海道医療大学教授)	かでの2.7 (720号室)	40	9月27日(月)	3,000円	3
10月3日(日)	13:00～ 16:00	<b>認知行動療法 ステップアップ研修</b>	坂野雄二 (北海道医療大学教授)	かでの2.7 (720号室)	40	9月27日(月)	3,000円	3

## 旭川研修

日程	時間	科目	講師	会場	定員	申込締切	受講料	ポイント
8月1日(日)	9:00～ 12:00	<b>認知行動療法 ステップアップ研修</b>	坂野雄二 (北海道医療大学教授)	未定	20	7月26日(月)	3,000円	3
9月12日(日)	10:00～ 15:00 (4時間)	<b>カウンセリング再考</b> カウンセリングにおける カウンセラーの任務	清水信介 (北星学園大学教授)	未定	20	9月6日(月)	4,000円	5

## 北海道支部育成システムについて

2010年度の会員研修の内容と日程が決定いたしました。

「産業カウンセラー資格は取得したけど、次は何を目標に学ばいいのだろう…」

「養成講座は修了したが、今後自分がどう進んでいけばいいのかわからない…」そんなふうに悩んでいる会員の方も多いのではないのでしょうか？

北海道支部では年1回「支部育成システム(ロードマップ)説明会」を行っており、平成22年度も2月に開催したところ、本当に沢山の皆さんにご参加いただきました。

「説明会」では詳細をご説明しておりますが、今回は簡単にご紹介をさせていただきます。

協会本部で認定する「シニア産業カウンセラー」「キャリア・コンサルタント」などの取得を目指す一方、北海道支部で活躍していただく道として「支部認定講師」「支部認定カウンセラー」「養成講座実技指導者」という3本のコースで育成システムを運用しています。(次ページの概要図参照)

本年度より、簡潔でより解りやすいシステム概要図に変更いたしました。

まずはどのコースに進むにも必要な条件、研修についてご説明いたします。

### (共通項目)

①産業カウンセラーの資格を取得し、(社)日本産業カウンセラー協会の会員であること

②シニアコース講座で次の講座を全て受講していること。

- ・M1210「面接記録の取り方、事例の書き方、見立て」
- ・M1220「カウンセリングプロセス」
- ・M1230「クライシスカウンセリング」
- ・M1710「逐語検討1」
- ・M1720「逐語検討2」

(以上の5コースは平成17年度以前の「演習1」「演習2」に該当します。尚、この5コースは今年度、シニア講座の北海道での実施計画に入っています。)

各コースにより、他にも必要な受講講座、条件等がありますので、お問い合わせください。

例年ですと、「支部認定カウンセラー」の募集時期は2~3月頃、「養成講座実技指導者」のインターン事前研修講習の募集時期は12月頃となっております。「支部認定講師」は毎年の募集は無く隔年となります。いずれもすずらんにてお知らせいたします。

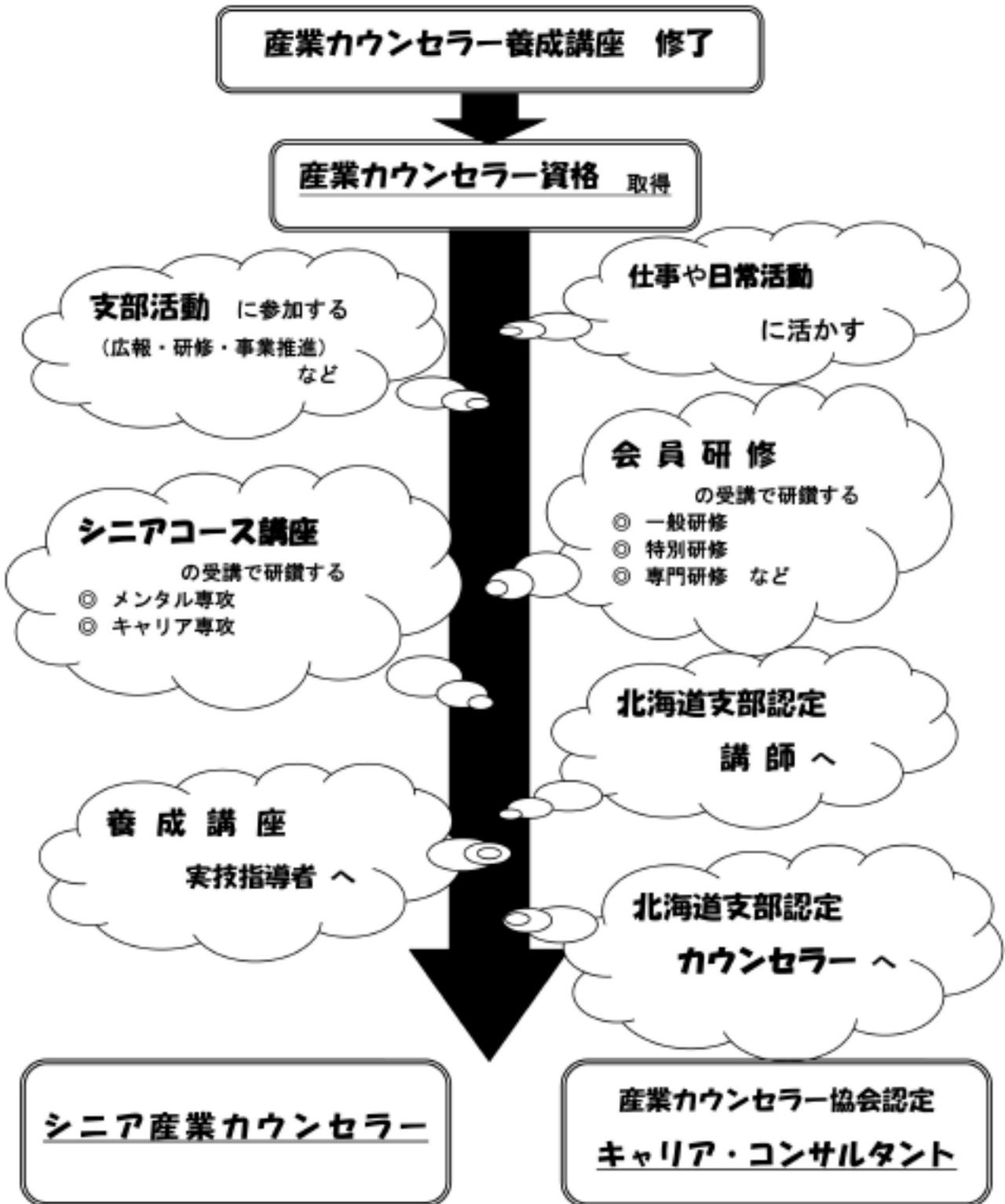
本年度から「養成講座実技指導者」コースでは例年通り実施されている「インターン事前研修」を受け、審査に合格された方が2名と、昨年度「養成講座実技指導者育成講座」を修了し認定されたインターン5名が、4月からの養成講座に関わっておられます。「支部認定カウンセラー」コースでは、4月より月1回の研修がスタートし、12月の最終審査まで研鑽が行われます。

協会本部が認定する「キャリア・コンサルタント」の特別講習も4月から始まり、シニア産業カウンセラーの本年度の試験日程も決まりました。(HPの行事予定参照)

色々悩まれている方もいらっしゃると思いますが、次年度の募集にはまだ少し時間がありますので、自分の進みたい方向について考える機会になっていただければと思います。

尚、北海道支部のHPの中、<北海道支部のご案内>→<支部育成システム>をご参照いただければ各コースの詳しい説明がご覧いただけます。北海道支部では、来年度の2月頃にも「支部育成システム(ロードマップ)説明会」を開催予定です。受講者の体験談なども交え、よりわかりやすい内容となっておりますので是非ご参加いただければと思います。

# 北海道支部ロードマップ(育成システム概要図)



## 産業医の独り言 -2-

### 職場のメンタルヘルスに関わる法的問題

#### —安全配慮義務—

職場のメンタルヘルスは、一労働者の心の健康、生活を守るというだけに止まらず、今や企業そのものを護る“企業防衛”という点からも重要となってきております。

かつて、「電通事件」という裁判事例がありました。平成12年3月の最高裁での判例で、ある労働者が長時間労働により疲労困憊し、うつ病に罹患した後に自殺したという事案です。これは、医学的知見に基づいて、労働者の過重労働とうつ病、うつ病と自殺の因果関係を認めた判例として画期的なものでした。一方、この判例は、管理監督者の不法行為における使用者の“使用者責任（民法第715条）”を明確にしたという点でも重要な事案となりました。この判決では、「使用者は、その雇用する労働者に対して、事務の遂行に伴う疲労や心理的負荷等が過度に蓄積して労働者の心身の健康を損なうことがないように注意する義務を負い、使用者に代わって業務上の指揮監督権限を有する者は、この注意義務の内容に従ってその権限を行使しなければならない。部下である労働者が恒常的に著しく長時間にわたり業務に従事し、その健康状態が悪化していることを認識しながら、その負担を軽減させるための措置をとらなかった上司には過失が認められ、使用者は民法第715条に基づく損害賠償責任を負う」と述べられております。

このような裁判事例を通して、“安全配慮義務”という概念が生まれてきました。“安全配慮義務”とは、「使用者は、労働者の労務提供の過程で、労働者の生命及び身体等を危険から保護するよう配慮すべき義務を負う」というものです。

前述の判例など、労働問題に関するたくさんの判例の積み重ねにより、平成20年3月1日『労働契約法』が施行されました。この労働契約法第5条（労働者の安全への配慮）が、「使用者は、労働契約に伴い、労働者がその生命、身体等の安全を確保しつつ労働することができるよう、必要な配慮をするものとする」というもので、ここに初めて“安全配慮義務”が法制化されたわけです。「生命、身体等の安全」には、心身の健康も含まれ、過重労働による脳・心臓疾患、精神的負荷による精神障害等も対象となります。労働契約法は、刑事法である労働基準法とは異なり、民事法であって罰則はありませんが、労働災害の訴訟においては、損害賠償請求の主要な法的根拠となってきます。

“安全配慮義務”違反が争点となる損害賠償請求訴訟では、使用者は、「災害発生を予見できたか否か（予見可能性）、社会通念上相当とされる防止手段を尽くしていたか（危険回避努力）」、管理監督者は、「使用者に代わって業務上の指揮監督権限を有する者として、労働災害を防止すべき職務権限を行使したか」、労働者は、「労務提供に際して自己の安全や健康を自ら確保し、守るべき義務、“自己安全義務”“自己保健義務”を果たしたか」等が斟酌され、判決が下されるようです。

この“安全配慮義務”違反による労働災害損害賠償請求訴訟として、機械設備・原材料、作業環境、作業態様等に起因する在来型の労働災害に加え、「過重労働」に起因する脳・心臓疾患、「過労・精神的過重負荷」によるうつ病・自殺、「セクシュアル・ハラスメント」、「パワー・ハラスメント」に起因する精神疾患等も労働災害として認定され、損害賠償請求訴訟に至る事例が、最近、増加傾向にあります。「セクハラ」「パワハラ」は、最近の判例では、“安全配慮義務”と同様に、“職場環境調整（あるいは配慮）義務”という表現で、業務に関連する限りにおいて使用者に発生を防止すべき法的義務を課してきております。

損害賠償請求訴訟が発生しますと、企業は金銭面での損失に止まらず、他の労働者への影響、企業イメージの低下など、ダメージは相当大きなものとなってしまいます。このように職場のメンタルヘルス対策は、“労務管理”あるいは“企業防衛”の一環としての性質を有していると言えます。そして、メンタルヘルスに関連して、“被害者”も“加害者”も出さない企業の風土作りということが大切となり、その中で産業カウンセラーが担う役割は益々大きくなっていくものと思われます。

(S.S)

## ◆関連団体の情報コーナー◆

### ◎中央労働災害防止協会

この度、中災防が主催しているメンタルヘルス関連セミナーの案内を同封しました。

いくつかのコースのうち、札幌開催の事例に学ぶメンタルヘルスセミナー（10月29日開催）の講師は、昨年度に引き続き、桑原富美恵氏です。

リラックス  
タイムコラム  
34

## 考え方を変えたら、こころは楽になる

### 考え方・解釈の仕方

#### ネガティブ

- 自分には能力がない
- もう無理
- 絶対に無駄
- どうしようもない
- もうすべてだめだ
- 最悪・憂鬱
- 自分が情けない

失敗

#### ポジティブ

- 完璧な人生なんてない。
- 失敗しない人生が失敗なんだ
- 失敗して落ち込むのは、当然の事
- やってみたら出来るかも
- 失敗は成功のもと
- エジソンは、失敗には、必ず次のヒントがあるといった。

ローマ時代の哲学者エピクテートスは「人は物事によって悩むのではなく、その受け取りかたによって、悩む」と言っています。この考え方は、精神療法の中の論理療法の根幹をなしている考え方です。コンビニが出来て、ジェット機が飛ぶようになった現代と、ローマ時代と人の心はほとんど変わっていない事が解ります。コップ半分の水をもう残っていないと受け取ると絶望的になり、極端な行動をとってしまいます。まだ残っていると思うと希望が持て冷静に行動が出来ます。現実をどう受け止めるか?考え方が気持ちに影響し、気持ちが行動に影響します。私達は、どちらの考え方を選んでもいいのです。私達は常に、現実認識を自分で選んで生きています。

左遷された時に、「もう全てだめだ!絶望だ」と受け止めるのか?「超える事の出来る。超えなければならぬ。超えるべきであろう試練を神が与えてくれたのだ」と受け取ると希望・目標が見えてきます。私の友人で、スキルス癌(進行性の胃癌)になり、「心筋梗塞・脳梗塞ですぐ死ぬ病気じゃなくてよかった。死ぬ準備が出来る」と言った友人がいます。その友人は、手術後、飲み会には必ず参加し今も元気です。現実をどの様に受け止めるか?絶望を手にする考え方にするか、希望・目標が見えてくる考え方にするかで、気持ちは、大きく変わります。私達は、絶望を手にしては生きていけません。今の現実の中で、希望を見つけましょう。(K.I)

# 行事等のお知らせ

## キャリア・コンサルタント講座

### 特別講習(B)

日 時:5/22、23、6/12、13  
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 良子(協会チーフトレーナー)  
定 員:25名  
申込締切:修了しました

## シニア研修

### リサーチ(K0600)<5ポイント>

日 時:7月3日(土)9:30~16:30  
場 所:日本産業カウンセラー協会北海道支部 会議室  
講 師:石崎 一記(東京成徳大学教授)  
定 員:30名  
受講費用:13,000円  
申込締切:6月11日(金)

### コミュニティアプローチ(K0510)<3ポイント>

日 時:7月31日(土)9:30~12:30  
場 所:日本産業カウンセラー協会北海道支部 会議室  
講 師:丹羽 郁夫(法政大学大学院教授)  
定 員:30名  
受講費用:7,000円  
申込締切:6月25日(金)

### マルチカルチャーの理解(K0520)<3ポイント>

日 時:7月31日(土)13:30~16:30  
場 所:日本産業カウンセラー協会北海道支部 会議室  
講 師:丹羽 郁夫(法政大学大学院教授)  
定 員:30名  
受講費用:7,000円  
申込締切:6月25日(金)

### 「資格・取得更新ポイント(更新制度)のお知らせ」

皆様のお手元にも「資格・取得更新ポイント(更新制度)のお知らせ」が本部より届いていると思います。

ここに書かれているポイントは、次回の資格登録更新の時に必要なポイントとなります。

基本ポイントは、産業カウンセラー30ポイント、キャリア・コンサルタントは30ポイント、シニアカウンセラーは40ポイントとなっています。ポイントは、講座・研修の出席、全国大会の出席など、いくつかの対象で取得していくことができます。

又、仕事の都合などで研修等に参加出来ない場合も「資格更新研修」を受けてポイントを取得することが出来ます。

「資格登録更新研修」は7月に札幌と旭川で、11月と2011年2月には札幌で開催予定です。

詳細がきましたら早速お知らせいたします。

尚、ポイント取得に関する詳細は日本産業カウンセラー協会本部のホームページ <http://www.counselor.or.jp/>

資格・登録入会のご案内(個人会員)の中の「資格登録更新制度」でご確認ください。

## 会員研修

### カウンセリング再考(Ⅰ)

カウンセリング関係をどのように始めるのか<3ポイント>

日 時:6月8日(火)18:30~20:30  
場 所:かでの2.7(1040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:6月3日(木)

### カウンセリング再考(Ⅱ)

クライアントとどのように心の交流をしていくのか<3ポイント>

日 時:8月10日(火)18:30~20:30  
場 所:かでの2.7(1040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:8月3日(火)

### 認知行動療法実戦講座<5ポイント>

日 時:7月18日(日)9:30~16:30(6時間)  
場 所:かでの2.7(1030号室)  
講 師:坂野 雄二(北海道医療大学教授)  
定 員:20名  
受講費用:6,000円

申込締切:7月12日(月)

受講者要件:シニア研修「認知行動療法」もしくは会員研修「ステップアップ(アドバンス)」の受講経験者

### 認知行動療法ステップアップ研修(旭川研修)<3ポイント>

日 時:8月1日(日)9:00~12:00  
場 所:未定  
講 師:坂野 雄二(北海道医療大学教授)  
定 員:20名  
受講費用:3,000円  
申込締切:7月26日(月)

## 第40回全国研究大会(2010東京大会)

日 時:6/5、6/6  
場 所:東京国際フォーラム  
テーマ:人間を尊重する社会への転換をめざして  
~働く場でカウンセリングを活かす~

## 編集後記

今年の春は、暖かかったり寒かったりと寒暖の差が激しく、体調管理も大変です。札幌の桜も、最初の予定より遅くなりGWも終了してからの開花となりました。お花見を楽しまれた方も多いのではないのでしょうか?

さて、今回は会員研修の日程を掲載いたしました。今年は旭川で2つの研修が開催されます。

毎年、研修の数が増え、内容もより充実した物になっています。

是非日程を調整していただき、沢山の皆様のご参加をお待ちしております。

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  
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