

特別企画

子どものころ 憧れた仕事

会員から、子どものころに憧れた仕事を大募集。憧れの姿に変身!?



神奈川支部
安井 匠さん
「ラジオのアナウンサー」

神奈川支部
きもち 木持 めぐみさん
「スポーツキャスター」



特集

国家資格 キャリアコンサルタント試験に
合格された方をご紹介します！

田村 直樹さん／石田 眞弓さん／伊藤 銘子さん



JAICO® 一般社団法人 日本産業カウンセラー協会 神奈川支部

聴かせてください、心の声。咲かせてください、あなたらしさ。



キャリアコンサルタント試験に 合格された方をご紹介します！

キャリアコンサルタントの資格を取得したいが、どのように勉強したらよいかかわからないと思われている方もいらっしゃるかと思います。

今回の特集では、今年3月にキャリアコンサルタント養成講習を修了され、7月に実施された国家資格キャリアコンサルタント試験にみごと合格された3名の方に、資格取得のきっかけ、合格までの取り組みと今後資格をどのように活かしていきたいかについて語っていただきました。

キャリアコンサルタントとしてのキャリアが始まりました

神奈川支部 田村 直樹さん

社内のナレッジ・マネジメントの業務を担当しています。良いナレッジを生み出し、利活用するには個人のスキル向上と良質な組織内コミュニケーションが欠かせません。そのため、心理的安全性（自分の考えや気持ちを安心して発言できる状態）や、成功の循環モデル（関係の質を高めることを起点として思考の質、行動の質、結果の質を高める）を実現させたいと思うようになりました。個人の成長を支援し、組織の改善を図るための知識を体系的に学ぶことができ、演習により実践のスキルも身につけられる内容だと思い、キャリアコンサルタントの養成講習を受講しました。

養成講習の4ヶ月間は試験対策を意識する余裕がなく、基礎の反復練習に精一杯でした。講習最終日の確認試験が合格基準点ギリギリだったことから、試験対策を本格的に取り組まなければいけないという危機感を覚えました。面接試験の対策としては、講習の指導者の方が提案してくださった隔週の自主勉強会と、神奈川支部主催のロープレ道場で場数を

踏むことができたのが合格の大きな要因だったと思います。学科試験は理論の基礎的な書籍と過去問題集を中心に勉強しました。過去問は間違えた問題に付箋を貼り、正答したら付箋を剥がすことで達成感を感じながら繰り返すことができました。論述試験は対策本を読み、論述の型を理解し実際に文章を書いて練習しました。

受験を【終え】、合格発表までの【中立】的な期間を過ごし、資格を取得したことでキャリアコンサルタントとしてのキャリアが【始まり】ました。まさにブリッジさんの理論のとおりです。まずは所属している企業内で社員を対象としたキャリア面接を実施できるポジションに就くために資格の取得をアピールしたいと思います。希望するポジションにつけなかったとしても視野を広く持ち長期的な視点で副業やセカンドキャリアでの強みとしてこの資格を活かしていきたいと考えています。

誰もが輝ける場所探しのお手伝いをします

神奈川支部 石田 眞弓さん

初めはなんとなく、元気の無い後輩社員の話をうまく聞けるようになってたらいいなという軽い気持ちでパンフレットを開き、難しそうだとすぐ閉じました。それでも職場で様々な社員と対話をする中で多くの悩みに触れ、何かできないかと考えていました。そんな時この資格を先輩から紹介されました。この産業カウンセラー協会では学び、長く周囲の人々の悩みに寄り添う姿を拝見し、私もこうなりたいと一念発起。一度は閉じたパンフレットを開きました。キャリアコンサルタント資格取得のために学べる教室はたくさんありましたがこの産業カウンセラー協会さんが一番傾聴に重きを置いていると感じお世話になることにしました。

仕事をしながら勉強する中で最も大変だったことは時間を作ることでした。通学はなんとかこなしましたが自主勉強などはほとんど参加できず、何度かタイヤも考えました。それでも同じクラスの仲

間たちの頑張る背中に刺激を受け願書提出にこぎつけました。本当に奇跡的な合格で学科はぎりぎりの点数でしたが、とりあえずキャリアコンサル1年生としてのスタートラインに立たせていただくことができました。

今はこれまで通りの社員育成に加え、社内のキャリアコンサルタントサロンと少し和らかい名前のプロジェクトの一員として社員の話を聴く機会をいただいています。その大切な時間で個々が輝ける場所探しのお手伝いをさせていただくために学びたての傾聴スキルをフル活用しています。ご指導いただいた講師の先生方と一緒に学ばせていただいたクラスの仲間感謝しながら、自らもさらに自己研鑽していく覚悟です。今後もどんどん仲間が増えお互いに切磋琢磨の中、私自身も少しでも輝けるよう努力いたしますのでご指導よろしくお願いいたします。

職員の離職対策や人材育成に活かしていきます

神奈川支部 伊藤 銘子さん

私は医療機関で人事関係の仕事をしています。主な業務は給与計算や社会保険の事務処理ですが、安全衛生やメンタルヘルスにも携わっています。コロナ禍で退職者が増え続けている状況を、人事担当者として何とかできないか考えたのがきっかけです。産業カウンセラーの資格は持っていましたが、活かせるような機会がなかったため、もう一度勉強したいと思い、キャリアコンサルタント養成講習を受講しました。

12月はオンラインでの講義、1月から対面で実践形式での講座を受講しました。仕事と勉強の両立は大変でしたが、仕事以外で出会った人達と一緒に新しいことを学べるのがとても楽しく、充実した4か月でした。

養成講座終了後は、同じクラスで学んだ仲間とのZoomでの勉強会、ロープレ道場や模擬試験、論述対策講座を受講して試験日まで学習を継続しました。

Zoomでの勉強会やロープレ道場では、毎回終わった後に振り返りを行い、反省点をノートに書き出し、

次の勉強会で前回できなかったところを意識して参加することを心がけました。面接の練習を重ねることで、自分でもできている点が増えていることに気づき、自信をもって実技試験に臨むことができました。

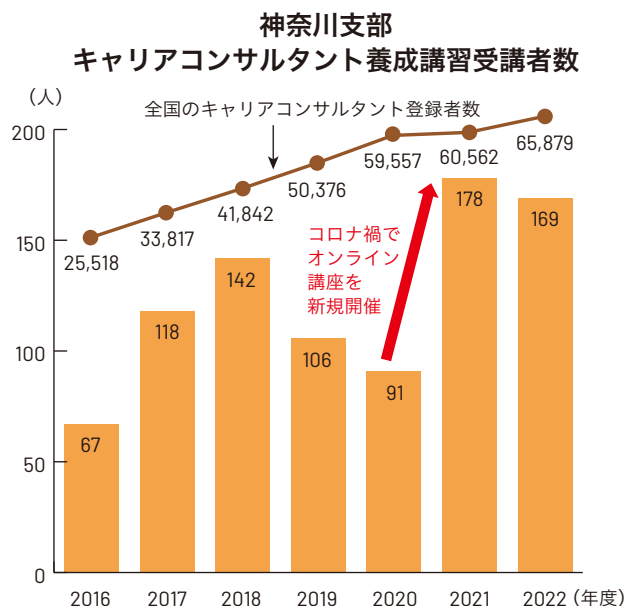
学科は模擬試験を受けた時点で合格点に届いておらず焦りました。とにかく、過去問を何度も解いて間違えた問題を繰り返し解くことで、出題の傾向や自分の苦手な分野を重点的に勉強するようにしました。

論述は養成講座の前半で教わっただけで不安があったため、対策講座を受講しました。試験直前でしたが、記述のポイントや時間配分について解説いただいたのが大変役に立ちました。

今後は資格を活かして職員の離職対策や人材育成・研修などに携わっていきたいと考えています。また、自分自身のセカンドキャリアを見据え、職場外での人脈を広げて、自己研鑽に励み、キャリアコンサルタントとして活動する場を広げていきたいと思っています。

キャリアコンサルタント養成講習終了後も 神奈川支部では様々なサポートを行っています！

神奈川支部キャリアコンサルタント部では、キャリアコンサルタント資格取得までの試験対策講座や資格取得後の継続支援など様々なサポートをしています。



<キャリアコンサルタント試験対策講座を用意しています>

キャリアコンサルタント試験に向けて準備を進めたい方に！

神奈川支部では独自の対策講座を5種類用意しています。

①キャリア模試	キャリアコンサルタント資格の模擬試験です。フィードバックレポートで、自分の強み・弱みが把握できます。
②学科対策講座	学科試験の学習方法が分からない方に最適な対策講座です。学科試験問題の傾向をレクチャーします。
③<実技> 論述試験対策講座	過去問題を通じて事例記録の読み解き方について解説します。論述試験への実践的な対応力を身につけることができます。
④<実技> 面接対策講座	実際の面接試験と同じ場面を設定してロールプレイを行います。講師からのフィードバックにより、自身の強みや改善ポイントを把握することができます。
⑤ロープレ道場	ロールプレイをもっとやりたいとの要望にお応えし、練習の場を提供しています。

詳細はこちら <https://jaico-kanagawa.jp/learning/career/taisaku/>

<神奈川支部における資格取得後の支援活動>

1 CC 養成講習修了者のつどい・交流会 ～ネットワーク作りができます！～

キャリアコンサルタントの資格は取ったものの、実際にどうやって活かしていけば良いのかヒントが欲しい方に向けて「養成講習終了から国家試験受験までの間」に年3回開催しています。

資格取得後に様々な領域で活躍されている方々からのキャリアコンサルタントとして活動する上での情報、キャリアコンサルタント試験の受験体験談や交流を通してのネットワーク作りの機会を提供しています。

参加者の皆さまからは、「自分の日常では得られない情報を得られた」などのご意見をいただいております。



詳細はこちら

<https://jaico-kanagawa.jp/learning/career/syutokugo/>

2 CC 実践会 ～キャリアコンサルティングの実践の場を提供 キャリアコンサルタントとして実践の経験が少ない方に！～

スキルアップに向けての実践の場とキャリアコンサルタント同士のネットワーク構築の機会を年3回提供しています。

内容は、講師による実践に役立つ「ショートレクチャー」、「キャリアコンサルタントに相談したいこと」をテーマに3人一組行う「CCライブセッション」、参加者同士で行う情報交換から構成しています。

参加者の皆さまからは、「貴重な体験の場として活用できた」などのご意見をいただいております。



詳細はこちら

<https://jaico-kanagawa.jp/learning/career/syutokugo/>

Let's try 「ダブルライセンス」

このように、キャリアコンサルタント養成講習終了後も様々な継続支援をしております。「産業カウンセラー」を保有している方も、ぜひ「キャリアコンサルタント」とのダブルライセンスの取得をお考えになってはいかがでしょうか。



地域連携委員会「ドリームプロジェクト」が 開催されました！

9月8日（金）19:30～21:30に「地域連携委員会
ドリーム プロジェクト」をオンライン開催しました。
コロナ禍の影響により、この活動は中断されていまし
たが、プロジェクトが再開できる環境が整い、「夢を語
る方」を募集し、発表に向けての準備を進めてきました。
プログラムは「夢の発表」「参加者から感想や応援メッ

セージをお伝えする交流会」の2部構成で進めました。
発表者のおふたりを応援する、温かい交流の場となっ
たのではないのでしょうか。そして思いの渦が化学変化を起
こし「私ができることやしたいことは？資格を取得した
のはなぜだろう？」と心に火が灯された方も多かったよ
うです。ありがとうございました。

活動再開までの道のり



開催決定	・環境が整い、活動再開決定	●2年振りに再開できて嬉しい！活動仲間を募集しよう～
スタッフ募集	・活動スタッフ募集 ・新規スタッフ4名加入で再出発！	●研修や講習には無い、夢や希望を語り合う場！参加者全員で 作り上げていくワクワクの時間！これに関わるのが私の夢！ ●発表者が夢や思いを語り、それを参加者が温かく応援 する素敵な場作りなのね！
発表者募集	・「夢を語る方」募集 ・2名応募あり、開催決定！	●ゼロから作り上げていく過程は、楽しくも難しくも あり貴重な経験になった！
発表者サポート	・発表やその内容について、 相談会やリハーサルを実施	●後半仕事の都合で参加が難しくなり、とても残念！
参加者募集	・「夢を応援したい人」を募集	●応募してくれる方がいて良かった！ ●応援団 結成！！
開催	・ドリーム PJ オンライン開催	●人の温かさを感じる会だった！！ ●感謝と達成感でいっぱいです。

発表者からのコメントです

①発表者 W さん

自分の夢を思い描くことで心の高揚感、フロー体験のよ
うな感覚を体験しながら、語るまでの様々な試行錯誤、そ
して語る事で得られる多面的な視点、このような体験を私
はしたので、子どもたちに是非味わってもらいたい。

②発表者 O さん

構想段階なので不安でしたが、いい機会であると考え、
発表を決意しました。スタッフのサポートのおかげで無事
に発表を終え、需要があると感じ、計画を進められそうと
思えるようになりました。ありがとうございました。



参加者からのコメントです

①参加者 Y さん

それぞれ分野の違う二人の方の発表を伺い、刺激にな
りました。参加者の方々の感想や体験談も多彩だったの
で、日常で自分では無意識にやり過ごしていた「困りごと」
を認識し向き合う機会にもなりました。

②参加者 M さん

発表者のお二方、勇気ある発表、お疲れ様でした。あ
の当時私は、コロナ禍前から抱いていた「夢」を成し遂げ、
帰国して1週間足らずの時期で、ある意味「夢ロス」の真っ
最中でした。そんな時にお二人の夢をお聴きし、「ふたつ
目の夢」への小さな一歩を踏み出す、大きな勇気を頂き

ました。年齢を重ねるに従って、夢を忘れがちになりま
すが、常に「自分の夢」を大切に歩んでゆきたいと思い
ます。ありがとうございました。

③参加者 K さん

発表者のお二方、スタッフのみなさま、とても温かな
環境や雰囲気を作ってくださいありがとうございます。
対面での発表もよいですがオンラインならではの良さが、
全面に出ていた今日の企画、発表だったと思います。ド
リームはどんな方の心の中に存在しますね。小さい頃の
事や、自分の子どもたちが小さかった時のことなど、沢
山思い出しながら、お伺いしました。

お疲れ様でした。どうもありがとうございました。

これから開催される **新規** 研修講座 をご紹介いたします!

① オンライン 幻の東北大学方式絶食療法～驚異の自然治癒力～

内容・ねらい

洋の東西を問わず、断食は宗教的行として、また民間療法としての歴史があります。その断食を心身医学的治療として確立されたのが、東北大学方式絶食療法です。東北大学方式絶食療法は、10日間の絶食期と5日間の復食期とからなる究極の身心療法です。

残念なことに、近年、実施している医療機関が少なくなっています。そのエッセンスについて、解説します。

講師 山本 晴義

② オンライン 哀しみに寄り添うためのグリーフケア2（応用編）

内容・ねらい

グリーフとは死別に関わらず病気、災害、離職などの喪失体験による悲嘆と反応のことをいいます。大切な存在を失う経験は人生に大きな影を落とすことがあります。哀しみがやわらぐまでに誰かの支えが必要になることもあるでしょう。

グリーフを深刻にしてしまう要因やそれによる影響、また喪失体験後の心の変化（喪失悲嘆の7つの局面）について、それぞれの局面でどのように接したら良いかを学んでいただく講座です。

講師 村野 直子

③ 集合研修 フォーカシングとリスニング:真に共感的な聴き手になるために(全3回)

内容・ねらい

11/26開催「フォーカシング入門」で学んだ知識とフォーカシング体験が土台となります。実習しながら、自分でフォーカシングする方法と、フォーカシングしている人の助けになる基本的なあり方と聴き方を学びます。さらに、共感的に聴くために不可欠な考え方を学び、実践してみます。めあては、クライアントに起きているフォーカシング・プロセスを邪魔せず、促進的に見守り、カウンセリング実践の中で活かせるようになることです。

講師 堀尾 直美

開催日時等の詳細は神奈川支部ホームページをご覧ください。

https://jaico-kanagawa.jp/skillup/seminor/kensyu_list/#a2335017

研修講座開催報告

アンケートより、多数の受講者から満足の評価をいただきました。
その一部をご紹介します。

2023年9月2・9日開催 オンライン

心理的安全性を生み出すファシリテーション～メンバーの主体性とモチベーションを引き出す～

- 初めて参加しましたが、かなりハードな分、学びや気づきもとても多かったと思います。
- とても感動して胸が一杯です。気づきも一杯ありました。これから研修の学びを活かして参加者の思いや感情をたくさん、深く表現できる話し合いやワークショップができるように挑戦したいと思います。
- 会議を行う際、場の空気が固まる雰囲気を感じていたので、今回受講しました。コンテンツに流されない、メンバーに委ねる、プロセスに介入する等、多くの気づきを頂きました。また、講師が一人一人の様子をよく観てくださりフォローをしてくださったので、安心して楽しくワークに参加することができました。

2023年5月21日、6月18日、7月16日、8月20日、9月17日開催 オンライン

青木羊耳先生の講師塾1～カウンセラーらしい講義のポイント～

- 講師の一人ひとりに配慮された講義に感銘を受けました。私が講師を始めるうえでのビジョンを明確にすることができました。
- 講師のお話しが、同じ受講者からの質問で自分の心の中にじっくりしみこみました。
- 「講師塾」というよりも、人として、周りとの関わり方を学ぶことができたと感じます。
講師の長年の経験や幅広い知識に触れることができ、私自身非常に刺激を受けました。
講義内容を後日、録画配信していただく取り組みは、振り返る機会となり、とても良かったと思います。

月例会を開催しました!

傾聴を本当に役立てるために

～フォーカシング・プロセスを踏まえて

2023年9月16日13:30より、堀尾直美先生をお迎えし、「月例会」を12名の参加者のもと、オンラインで開催しました。

クライアントの変化をもたらす、傾聴の機序(きじょ)について、フォーカシング・プロセスを踏まえて探究しながら、傾聴を本当に役立てるため

のきっかけにつながることを学びました。プレイクアウトでは、グループに分かれ、自分にとって印象に残り、実践に取り入れたいことや改めて感じたことなどを語り合い、フォーカシングの理解促進と傾聴の大切さを再認識することができ、今後の学びの参考になりました。

参加者のコメント

- 短時間でありながら、とても深いところのエッセンスを講義とQAの中で教えていただき、大変勉強になった。これを入口にフォーカシングについても勉強をいきたいと思った。
- 「しっかりここにいる」というカウンセラーのプレゼンスを意識することが今後役立つと思った。
- 新しい情報を得た事、誤解していた考え方を修正できたこと等 これから人の話を聴く際に役に立つと思う。
- カウンセリングの課程に関し、シッカリ聴く段階からCL自身の探索時期の段階へ移行するときの話や、自律神経の話が印象的で参考になった。
- 傾聴と応答がセットになっていること、体験過程尺度など、クライアントとの関わり方について、自分自身の意識の持ち方を改めて考えるきっかけになった。

講師

堀尾直美先生

<略歴>

国際フォーカシング研究所コーディネーター・認定トレーナー、インタ

ラクティブ・フォーカシング・ティーチャー、公認心理師、臨床心理士



国内外の講師によるワークショップの開催やフォーカシングコミュニティの維持、個別セッションや各種団体での講師、大学院での指導やセラピスト向けトレーニングなどフォーカシングの各領域にて活躍されている。

予告 12月月例会のお知らせ

管理職なら時には部下を"叱れ"

きびしい指導もパワハラとされない『5つの極意』

講師：加藤 勝雄氏 (ハラスメント防止コンサルタント)



管理職のみならずからは、「パワハラと言われるのが怖くて、きびしい指導ができない」との声を数多く聞きます。管理職は職場環境には最大限配慮することはもちろんですが、その職責から時には部下に対してきびしい指導もしなければなりません。今回の例会では、「管理職にはきびしい指導が時には必要・ただしパワハラはNG」という大変悩ましい問題を、皆さんと一緒に考えたいと思います。

日時：2023年12月9日(土) 14:00～17:00

場所：神奈川支部 9F901 研修室 / 定員：24名

対象：どなたでも参加できます

(産業カウンセラー養成講座、CC 養成講習受講中の方も参加可能です)

参加費：3,000円

*詳細は、11月上旬に神奈川支部 HP に掲載します。

*著者からのご厚意により、参加される方には当日、会場で「きびしい指導もパワハラとされない『5つの極意』」の書籍(定価1,650円)を無料で差し上げます

JAICO 神奈川ライブラリー 神奈川支部 7 階にオープン！

神奈川支部では会員サービスの一環として、10月2日より支部701研修室にライブラリーを開設しました。

初代産業カウンセリング研究所所長を務められ、カウンセラーの育成にご尽力された東京支部会員「故山田豊先生」のご遺族から寄贈を受けた書籍と支部が保有していた書籍をライブラリーとして、会員の皆様に活用していただけることになりました。

カウンセリングや心理学の専門書を中心に、1500冊を超える書籍を保有しています。

会員の皆様が利用するための規則を定めましたので「JAICO 神奈川ライブラリー利用の手引き」を確認の上、神奈川支部に来所してください。



ご利用にあたっては、以下の点についてご注意ください

- ① 利用時間は平日の9:00～17:00です。
(土・日・休日および支部の休業日は閉館日となります)
- ② 7階研修室にて講座等が開催されている日は利用できません。
HP掲載のカレンダーから利用可能日の確認をしたうえで利用してください。
- ③ 神奈川支部会員に限らず、他支部の会員の方も利用可能です。
ご利用の際は、必ず会員証を持参願います。
- ④ 書籍の貸出も行っていますので、
「JAICO 神奈川ライブラリー利用の手引き」にしたがって利用してください。

***利用方法の詳細はこちら**

<https://jaico-kanagawa.jp/to-member/library/>

CONTENTS

- 2 特集 国家資格キャリアコンサルタント試験に合格された方ををご紹介します！
地域連携委員会「ドリームプロジェクト」が開催されました！
これから開催される新規研修講座をご紹介します！
6 月例会開催報告 / 予告12月例会のお知らせ
9 J A I C O 神奈川ライブラリー 神奈川支部7階にオープン！
10 代議員選任報告 / かもめ便りの表紙を飾る会員の皆さんを募集します！／編集後記

かもめ便り

2023年11月
第60号(通算第106号)

発行日：2023年11月6日発行
発行：一般社団法人日本産業カウンセラー協会 神奈川支部
〒231-0092 横浜市中区桜木町3丁目8横浜塩業ビル6F
TEL：045(264)9521 FAX：045(264)9013
E-mail：kngzensa@counselor.or.jp URL：https://jaico-kanagawa.jp
企画・編集：会員部支部報グループ
取材編集協力：株式会社コロポ

事務局だより

代議員選任報告

2023年10月19日

神奈川支部 選挙管理委員会 委員長 高野 大輔

代議員立候補受付を10月6日に締切り、代議員40名を当選とし、補欠代議員3名を選出しました。この結果、当支部では代議員選挙は実施しないこととなりました。

【代議員】(敬称略・五十音順)40名

青木 幸司・青木 羊耳・青柳 充彦・池田 周一・石田 知之・伊藤とく美
伊藤 美季・稲葉 昌虎・井上 牧子・上田 由美・鵜飼 柔美・牛丸 尚美
大角 浩樹・小川 悦代・小川 亨・加川 淳一・加地 清美・要 夏樹
亀井三貴子・吉良ゆみ子・桐谷 佳男・呉 葉子・高羅 絵里・小西 裕美
山王 泰彦・茂森 俊幸・島田 政彦・多田 素子・堂田 政志・長岡 高男
野口 智子・野田三喜子・眞砂亜矢子・三澤多恵子・八木 和子・矢部 玲子
山内麻紀子・山下 和久・山田 浩光・山本 清徳

【補欠代議員】(敬称略・繰上げ順)3名

兵賀 直俊・渡邊 実和・東海林佐登子

かもめ便りの表紙を飾る 募 集 します！ 会員の皆さんを

会員部ではかもめ便りの表紙への掲載を希望される方を募集しています。
今号掲載の2名の皆さんからは次のようなコメントをいただきました。

● 安井 匠さん

子供の頃、寝る前にAMラジオをよく一人で聴いていました。テレビでは見たことはないけれど、だからその親近感や人柄を、より身近に感じ、それが心地良かったからこそ、そのような存在になりたいと思ったのです。

● 木持 めぐみさん

幼い頃から野球やサッカー等のスポーツ観戦が大好きで、家族とよく観に行っていました。スポーツキャスターになれば、活躍している選手達と直接対面してお話ができる！！と思い、憧れていました。

会員部ではかもめ便りの編集に加わって下さる方を募集しています！

お問い合わせは kng-kaiin@counselor.or.jp まで。

編集後記

秋になっても猛暑日が続いていましたが、ようやく涼しくなってきました。富士山も初冠雪というところで徐々に冬が近づいてきていますね。

今号の特集は、キャリアコンサルタントの国家資格を取得された方の合格体験談と、キャリアコンサルタント養成講習終了後に支部から提供している様々なサポートについて紹介しました。7月の試験に合格したばかりの3名の方に、資格取得のきっかけ、合格までの取り組みと今後の抱負について語っていただきました。神奈川支部では、国家資格合格に向けた対策講座、合格後のネットワーク作りや実践の場を提供し、キャリアコンサルタントとしての活動をサポートしております。キャリアコンサルタントは産業カウンセラーの知識を活かすことができる資格です。ぜひ、これを機会にキャリアコンサルタントの資格取得を考えてみませんか。

コロナ禍で一時活動を休止していた地域連携委員会も、徐々に活動を再開してきております。今回は夢を語るドリームプロジェクトの発表会の模様をお伝えしました。そのほか、高校模擬面接、傾聴ボランティアなどの活動状況についても随時お伝えしていきます。

最後に、今回の企画にご協力いただきました会員の皆さんにこの場をお借りし深く御礼申し上げます。
(青木幸司)