

MiyazakiのActiveなナビゲーターを目指そう！

Ma!ナビ通信 WEB版

(一社) 日本産業カウンセラー協会 九州支部 宮崎地域



発行：2025年5月(毎月発行)
宮崎地域担当者会議 広報部

あなたと出会い隊

第46回 産業カウンセラー児玉 明子さんにインタビュー

約10名の方と活動していく団体を立ち上げ13年目。学び続けながら活動されている児玉さんにお話を伺いました。

産業カウンセラー資格取得のきっかけは？

長男と次男が、それぞれ進学するタイミングで学んでみたいと思ったのがきっかけです。実は、長男が知的と発達障がいを抱えており、児童相談所に相談を申し込みました。その期間中は泣きたくて、くじけそうになる時もありました。相談日までのタイムラグがあり、その時に気持ちを受け止めてくれ、相談者のさまざまな気持ちを、安心して話せる場の必要性を感じました。ちょうどその頃、カウンセラーについての紹介資料の最初のページに「産業カウンセラー」が紹介されているのを見たことがきっかけで、受講を決めました。

養成講座では、予備知識が少なかった分、講義内容が新鮮に感じられました。特に、共感の授業では「コビトとなって相手の身体の中に入って一緒に感じて欲しい」という講師の言葉が印象に残っています。共感できるカウンセラー像を目指して、一步一步理想に近づいていく喜びを大切にしながら学び続け、2011年に資格を取得しました。

資格取得後はどのような活動をされていますか？

資格取得後は、相談業務の仕事を通じて、さまざまなことを現場で学びました。傾聴を大切にしながら、業務に従事する中で、幅広い知識の必要性などを仲間から教えていただきました。相談者の抱えている気持ちを傾聴しながら、見立てをおこない、支援につなげていけるようになりました。一方で、マンツーマンの支援以外に、一度に複数の方々に役立つことができる為には、講義の仕事の必要性を感じるようになりました。

そこで、2013年から「メンタルサポートスローステップ」という団体を立ち上げました。メンバーと講義の仕事をして頂いたり月に1回、カウンセリング学び舎を開催しています。できるだけ分野を限定せず、様々なテーマに挑戦していきたいと考えています。結果、支援の幅も広がってきていると感じています。



専業主婦から、この仕事をするようになって、仕事依頼の有り難さやうれしさ、この初心を忘れないようしたいと思います。それが私の成長のエンジンになっているのかもしれない。

不登校の問題について、学校より研修を依頼されることがあります。私達の活動を理解いただいているとはいえ、教育のプロからの依頼ですから、一瞬怖じ気づきそうになります。そんな時こそ、ご依頼の意味を咀嚼し、教育現場の理解と支援に必要な知識を重ね、私にできること、学校側と意見を交換後、研修を実施しています。

研修後のアンケートには、先生方の苦悩や実態なども伝わってきます。研修をさせて頂くことで、現場の状況を学ばせて頂けると、感謝の気持ちが湧いてきます。

今後、どうありたいと思われていますか？

自殺予防にもかかわる事例では、小さな悩みがやがて大きな孤独感に重なることがあります。多くの専門家と一緒に、小さな悩みの段階で支えられる存在になりたいと考えています

今後、さまざまな活動を通じて、「こういう聴き方をすると相談者が楽になる、不安な気持ちに寄り添うことができる」傾聴のヒントを発信し、お互いが支え合う社会づくりを大切にして活動していければと思います。(取材：鶴羽・金丸)

宮崎地域の活動報告

日本縦断★つなごう JAICO の絆、宮崎地域での活動



4月29日(祝)、[日本縦断★つなごう JAICO の絆](#)の宮崎地域イベントでは、シーガイア周辺の色とりどりの花を楽しみながら、みんなでおしゃべりしつつ歩き、その後は一緒にランチをいただくなど、大人のピクニックのような楽しいひとときを過ごしました。

当日は 10 時にフローランテ宮崎駐車場に集合し、まず国際海浜エントランスプラザを巡りました。その後、日向神話発祥の地とされる「みぞぎ池」や、木漏れ日が心地よい「市民の森」を散策しました。自然に囲まれた美しい景色の中、リフレッシュしながら歩きました。

昼食を挟んで訪れた英国式庭園では、鮮やかな花々や緑が広がり、偶然、結婚式の前撮り撮影も行われていました。短い時間でしたが、屋外テラスでゆったりと過ごし、和やかな雰囲気を楽しみました。

参加者からは、「宮崎のきれいな空気と自然を感じながら、楽しくおしゃべりしつつたくさん歩いて良かった」「みんなで食べるランチは格別で、気持ちのいいひとときだった」との声が聞かれました。また、「直接会って話をする楽しさを改めて実感した」との感想もありました。今後も、このような交流会を企画できればと考えています。

ぼらたま通信 No.03 「災害時に自宅にとどまる「在宅避難」ポイントや備蓄は？」

東日本大震災から今年で 14 年。震災は、いつどこで起きるか分からず、日ごろの備えが重要になります。在宅避難の場合、避難所とは違って、生活に必要なものはある程度あります。ただ、水道、電気、ガスが使えない場合、代わりのものが必要です。また、食べ物や消耗品は日ごとなくなっていくます。では、災害時の「在宅避難」に必要な備えはどんなものがあるのでしょうか。詳細はこちら→[命を守る防災サイト 災害時に自宅にとどまる「在宅避難」ポイントや備蓄は？ - NHK](#)

5 月度 宮崎地域担当者会議報告 (要旨のみ)

1. 地域責任者より

- ・協議委員会 4 月に開催されました。総会すべてオンライン、本年度まで郵送にて資料を送付。できる限り参加をお願いします。(支部総会 6 月 14 日(土) 13 時より特別講演、総会、交流会の予定)
- ・昨年度の決算では、100%黒字ではないが良い傾向。6 月で運営幹部も交代予定。

2. 会員研修部

- ・9 月に、資格取得後 3 年以内の方を対象として研修を予定。

3. 災害ボランティア会議(ぼらたま)

- ・8 月 30 日(土)に防災セミナーを開催予定。

4. 養成講座部

- ・5 月スタート予定だったが開講できず。
1 名の希望者は、鹿児島のオンラインに参加。

5. CC 部

- ・4 月に北九州 6 名、福岡 3 名、熊本 4 名にて実施中。
講義は、3 地区合同でオンライン研修を実施予定。

6. その他

- ・ランチ交流会を 1 年続けてきました。現在は、会員のみの参加ですが、産業カウンセラーに興味を持たれている方も参加可能とするなど、対象を広げてみてはとの意見あり、今後検討。
- ・次回の宮崎地域担当者会議：6 月 4 日(水) 19 時～21 時 オンラインにて

★会員専用ページは↓ここをクリック！

