

公益財団法人 **茨城カウンセリングセンター**

2018年度

事業案内

(公財)茨城カウンセリングセンターは、茨城県と地域の産業界とが参画して設立したもので、働く人やその家族をはじめ広く県民の福祉に貢献することを目的としております。

カウンセリング活動を中心に、多くの企業や地域住民の皆さまのために開かれた共同利用機関として、安らぎと創造の場を提供してまいりたいと存じます。



〒310-0801 茨城県水戸市桜川2-2-35 茨城県産業会館14階

電話 029(225)8580

F A X 029(225)1872

E-mail : iccnet@sunshine.ne.jp

<http://www.sunshine.ne.jp/~iccnet/>



このパンフレットは赤い羽根共同募金の配分金で作りました。

1

カウンセリング(心の相談)

カウンセリング活動は、当センターのすべての活動の基本です。

常設のカウンセリング・ルーム(心理相談室)では、こころの問題でお悩みの方のために専門のカウンセラー(相談員)がご相談に応じています。

カウンセリングは助言や指導をするというよりはむしろ、来談された方とカウンセラーが話し合いを通して、問題を共に考えていこうとするものです。

職場や家庭での人間関係、子育てに悩んでいる方、孤独や不安な気持ちで苦しんでいる方、自らの生き方に悩んでいる方、自分をより深く見つめようとしている方…

悩みは一人で背負わないで、

どうぞお気軽にご相談下さい。相談内容の秘密は厳守いたします。

*カウンセリングは予約制ですので、まずお電話でお申し込み下さい。

TEL 029(225)8580(代)

●相談日時：月～土曜日 午前10時～午後6時(日曜、祝祭日は休みです)

●場 所：当センターのカウンセリング・ルーム
(茨城県産業会館14階)

：牛久ルーム(ラウエル牛久中央労金牛久出張所2階)
ただし牛久ルームは月一回実施(原則、第2月曜日午後)

●面接料：1回につき3,240円(面接時間は約50分です)



*スーパービジョン

広く心理的援助にかかわっている方々のためのベテランのカウンセラーによる指導的面接です。(90分 6,480円)

※写真はカウンセリング・ルームです。

2

働きやすい職場づくり

産業カウンセリング実践セミナー

会場：茨城県産業会館

「職場のメンタルヘルスとコミュニケーション」

午前の講演と午後の話し合いを通して働く人のメンタルヘルス対策を考えていきます。

期日：7月27日(金) 午前10時～午後4時 参加費：8,640円(昼食費含む)

講師：(午前) 大井 雄一先生(筑波大学 産業精神医学・宇宙医学 助教)

「オープンダイアログと職域メンタルヘルス」

(午後) 茨城カウンセリングセンタースタッフ

職場への講師派遣・コンサルティング

安心して働けるための職場の人間関係や管理職のありかた、働く人のうつや心身症の理解と対応、職場復帰支援・ハラスメントの防止などの研修に講師を派遣いたします。また、職場での研修企画やメンタルヘルスの具体的対応等についてのコンサルティングにも応じます。職場研修のご案内のパンフレットがあります。お気軽にお問い合わせ下さい。

メンタルヘルス相談委託契約

当センターでは、県内48の事業所・自治体等と契約し、相談料を契約元が負担する形で職員のメンタルヘルス相談を実施しています。大切な職員の心身の健康回復を積極的に支援するためであり、働きやすい職場づくりの一環としてご活用ください。

3

カウンセリング・マインドの普及

カウンセリングの世界に、「『よき聴き手』に恵まれると、私たちは安心して自分自身の心に耳を傾けるようになる」という言葉があります。安心して自分の心に耳を傾けるとき、わたしたちの心は少しずつ開かれ、柔らかくなっていきます。その心の柔らかさは、相手の心を大切に受け止めようとする心へと育まれていきます。カウンセリングを学ぶことは、私たちの心を柔らかくしながら、「分かち合う心」を育てることでもあるのです。どうぞ一緒に学びあいましょう。

カウンセリング講座（入門コース）

会場：茨城県産業会館

カウンセリングの学習を通して、自分自身をより深く理解し、他の人との生き生きとした関わりを創造することをめざす講座です。どなたでも受講できます。

期日：10月27日～2019年7月27日 全10回 参加費：27,000円
(毎月第4土曜日 午後2時～4時 但し12月は第3土曜日)

講師：鈴木研二氏、関根一夫氏、大築明生、永原伸彦 ほか

カウンセリング講座（レクチャーコース）

会場：茨城県産業会館

今年度は「いのちの多様性」というテーマで、講義を中心に進められます。レクチャーコースは「入門コース」と並行して受講することが可能です。

期日：11月10日～2019年8月3日 全10回 参加費：27,000円
(毎月第1土曜日 午後2時～午後4時 但し11月、5月は第2土曜日)

講師：熊谷晋一郎氏、神谷正義氏、樋野興夫氏、鈴木研二氏、関根一夫氏 ほか

カウンセリング講座（体験学習コース）

会場：茨城県産業会館

「入門コース」を終えた方を対象とし、少人数で行います。 参加費：32,400円

A. 「こころのリフレッシュ ～私らしくいきいきと～」講師：伊東聡枝、水柿義之

B. 「通いのエンカウンター・グループ ～あなたに会い わたしに出会う～」

講師：大築明生、羽生真規子

期日：11月17日～2019年8月10日 全10回
(毎月第2土曜日 午後2時～4時 但し11月、5月は第3土曜日)

カウンセリング傾聴セミナー

会場：茨城県産業会館

カウンセリングで最も大切にしている傾聴について講義と実習で丁寧に学んでいきます。

期日：2018年10月13日(土) 午前10時～午後4時

講師：伊東聡枝、水柿義之、羽生真規子

参加費：8,640円(昼食費含む)

4

エンカウンター・グループの実施

エンカウンター・グループは、10人程度の少人数による話し合いを中心に進められます。ゆったりとした時間の流れの中で、参加者がそれぞれ自由に率直に語り合いながら、自分自身や他人を理解し、心の交流を深めていこうとするものです。

🌀 筑波ふれあいの里エンカウンター・グループ 会場：筑波ふれあいの里
 期日：2019年3月22日(金)14時半～3月24日(日)正午 2泊3日
 ファシリテーター：大築明生、永原伸彦 参加費：38,000円 定員：10名

5

地域への講師派遣

地域や学校、団体からのご要請に応じて、講演、研修、授業の講師を派遣いたします。昨年度は、県及び市町村、大学、専門学校、病院、福祉施設等へお伺いし「心の問題」「カウンセリング」「人間関係について」等の講演や研修をお受けしています。

6

産業福祉の調査・研究

○出版物の発行

地域の働きやすい職場づくりをめざして、随時出版物を発行しております。

○定期情報の発信

当センターの会員及び関係機関に、機関紙「メンタルケア・ネットワーク」ほか、さまざまな情報を毎月お送りしています。また、ホームページやツイッターでも情報を発信しています。

会員入会ならびにご寄附のお願い

(公財)茨城カウンセリングセンターは、企業や県民の方々で構成される会員組織で事業運営が支えられています。特別会員(年会費20万円)一般会員(年会費3万円複数口入会可)会員になりますと、毎月の定期情報や出版物、ポスターの無料送付、各種講座の参加割引などの特典があります。個人でご寄附(一口1万円)いただいた方は、一口あたり2回レクチャーコースを受講することができます。寄附金には税額控除制度ができます。ご入会、ご寄附のお問合せ、お申し込みは事務局まで。

- 理事長 坂本 秀雄
- 副理事長 大築 明生
- 専務理事 高橋 二三也
- 理事カウンセラー 永原 伸彦
- 主任カウンセラー 小沼 京子
- 専任カウンセラー 伊東 聡枝
- 専任カウンセラー 水柿 義之
- 総務 田島 明香
- 専任カウンセラー 塚本美和子(非常勤)
- 非常勤カウンセラー 稲垣 千代
- 非常勤カウンセラー 羽生真規子
- 評議員兼講師 村松 司叙

●案内図

J R 水戸駅南口より徒歩4分 駐車場有

