

秋田県内在住の産業カウンセラーの皆さん、こんにちは！ 回覧板秋号をお届けします！

リレー投稿『思うこと』-15-

思うこと

阿部 哲也

9月のシルバーウィークに夏休みを取ったことで9日間と長い休みになったため、以前から考えていた山行を実行することにしました。初めての宿泊登山でしたので、荷物を少なくするため山小屋泊を選択しました。ネットで色々調べ、評価が高かった燕山荘へ泊まるべく、北アルプス表銀座縦走コースを選択しました。一般的にこのコースは、中房温泉登山口から燕岳へ行き、大天井岳、常念岳を經由し、一ノ沢登山口へ降りる2泊3日のコースですが、体力に自信が無い私は、途中のくさり場等を重いリュックを背負っての行動は難しいと考え、燕山荘へ2泊して大天井岳には燕山荘からのピストンで登ることを選びました。本来で言う縦走にはなりません、表銀座から槍ヶ岳や穂高岳を観ることを優先したコースとしました。人気のコースのため連休は混雑が予想されることから、土日祝を避けて登ることとしました。スマホの登山アプリで行程管理を行いながら登ったのですが、登山道は思っていた以上に急登（後で知ったのですが北アルプス三大急登の一つです）で、また、初めての小屋泊との不安から着替えや食料・交換レンズ等を必要以上にリュックに詰めため、標準タイムよりかなり遅れが出てしまいました。その遅れを取り戻すためさらに無理をしたことから次第に足が上がりなくなり、山小屋の手前800mの地点で動けなくなりました。偶然にもその地点にはベンチがあったため、40分ほど荷物を降ろして休むことが出来た

ので体力も回復でき再び登り始めることが出来ました。ようやく山小屋に着いたときは計画より2時間ほど遅れていました。その後の行程を大幅に変更せざるを得ませんでした。表銀座縦走路を歩くことが出来、燕岳・大天井岳にも登ることが出来ました。特に燕岳から見た朝日は今まで見た朝日の中で最高だと感じました。計画通りにはいきませんでした。良い旅になったと思います。この旅で学んだことは、計画通りに進まなくても、行ったり来たりを繰り返しても、諦めず進もうと思うことで何かしらの結果（例えばそれが失敗に終わったり、途中で断念しても）が残ることが大事で、それを次に生かすことで少しは進歩できるのかな？と感じたことです。

私は今、県北で産業カウンセラーの無料相談会を開催したい思い活動しています。県北ではあまり産業カウンセラーという存在は周知されていないと感じています。まずは知って貰うことから始めたいと思い、そのためには県北での無料相談会の開催が必要だと感じたからです。「悩んでいる人の力になってくれるんだなあ」と思って戴ければ、産業カウンセラーになりたいと思う方も出てくるかもしれません。全く計画通り（登録カウンセラーの取得、カウンセラーとしての経験など）には進んでいませんが、少しずつ進むことで私が実行できなくても



引き継いでくださる方が出ることに期待し、今回の登山を思い出しながら精進したいと考えています。



県内学習グループ開催情報など

◆ 秋田ふれあいこまち会定例学習会

日 時 8月8日(土)

テーマ zoom で面接体験 参加者 6名

担 当 こまち会会員 佐々木加代子さん
同 渡部昌平さん

日 時 9月3日(金)

県運営部自殺対策事業出前ゲートキーパー講座を定例学習会に振替しました。参加者 12名

担 当 県運営部 森田香さん 小西協平さん

日 時 10月9日(土) 参加者 11名

テーマ セルフコントロールの心理学
(交流分析の視点から)

担 当 こまち会会員 大平邦男さん
(交流分析士)

◆ サキホコレ会定例学習会

日 時 10月3日(日) 9:30~12:00

会 場 秋田県南部男女共同参画センター

参加者 6名

担 当 柴田博志さん(サキホコレ会会長)

テーマ「自分らしい仕事を見つけるために」と題し、職業選択理論としてキャリアアンカーとブランド・ハップンスタンスについて学ぼう



◆ 「癒しフェア in ゆざわ」 県運営部出展参加

10月30日、紅葉真っ只中の秋ノ宮において、癒しフェア第2弾が開催されました。お天気にも恵まれ、約100人の来場者で賑わいました。当コーナーでは、「エゴグラムを活用して自分を知り、人とつながろう」をコンセプトに、お子さんからご年配の方まで、多くの来場者がありました。協会養成講座募集やカウンセリング模擬体験なども行い、出展は好評でした。来年3月に、美郷町で、第3弾を開催予定です。会員の皆様のボランティアでのご協力をお願い致します。



◆ 秋田ふきのとう県民運動実行委員会主催「コロナ禍における若者支援フォーラム」

9月15日(水)遊学舎で開催され、会員3名が聴講してきました。Npo 法人ふらっと、ぼっけの会、Npo 法人ここはぐ、(一社)あきた就労サポートone の体験発表がなされ、質疑応答などもあり、内容の濃い活動に圧倒されました。

◆ 11/28 相談員のための事例検討会開催!!

秋田県運営部主催で、秋田大学大学院教育学研究科教授 北島正人先生に講師をお願いし、自殺予防相談員育成講座として事例検討会が開催されます。定員に数名の空きがあります。また、運営スタッフも募集しています。下記連絡先へ!

◆ 秋田県運営部連絡先

秋田県運営部への問い合わせなどにご利用ください。

運営部長連絡先 080-9259-6005

メール jaico_akita@yahoo.co.jp

スパムメール防止のため、●を@に置き換えてご利用ください