

入居企業紹介 その162

SICに入居されている企業様をご紹介します。

>>> Desk⑩ 心理カウンセリングFLOW

「自然な流れに乗るように、自分らしく生きるための“道案内”」

Know yourself, let your life flow



【代表プロフィール】

心理カウンセリング FLOW

代表 大山 美津子（おおよま みつこ）

川崎市出身・相模原市在住

【創業の経緯とは】

もともと労働安全衛生に関する仕事をしてきた大山さん。多くの人が仕事上の悩みを抱える姿を見てきた中、あるワークショップで「大山さんは人と会話するのが上手ですね」と言われたことをきっかけに、カウンセリングのスクールに通い始めました。その後、大手カウンセリングルームでの勤務を経て、2016年に心理カウンセリングFLOWを開業しました。

Desk⑩には、2018年5月に入会されました。ここでの仕事は主にカウンセリング前後における調整や事務作業が中心で、実際のカウンセリングは東京都港区南青山で完全予約制により行っています。

【事業紹介】

心理カウンセリングには、様々な概念や各種の技法がありますが、その基本となるのは「傾聴」です。傾聴とは、相手の話を受け入れ、かつ共感しながら聞いていくことであり、その中で質問や繰り返しなどをを用いて相談者自身による気づきを促していきます。

さらに、大山さんは、催眠療法やNLP（神経言語プログラミング）など、“潜在意識”と呼ばれる心の領域に働きかける技法を用いることが多く、短い期間で効果が感じられるカウンセリングを重視しています。相談者に課題を出し「認知行動療法」のワークを自宅で行ってもらうこともあります。思考・感情・行動は相互に影響を与え合いますが、これら3つのうち思考と感情を変えることは容易ではありません。そこで、まずは相談者が自身の思考の癖に気づき、そこから行動を変えていくことに主眼を置き、それによって思考や感情も変えていくという考え方により、効果的なカウンセリングにつなげています。

実際に相談者が抱える悩みは多岐にわたりますが、大山さん曰く、「相談者が抱える問題の一番のエキスパートは相談者自身。私がやっているのは道案内のようなもの」。悩みを抱えた方がカウンセリング

を受けることを決意し、その行動を起こしたこと自体が大きな変化。大山さんの役割は、カウンセリングを通して、相談者が自らしまい込んでしまった解決策を本人が見つけてくる手助けをすることだそうです。

【これからの目標は】

現在は相談者と1対1で行うカウンセリングが中心の大山さん。これからの目標として、心理学ワークショップの開催を挙げています。このワークショップは、生きる苦しさや辛さを抱える前に、そのことに自ら気づきコントロールできるようになってほしいという想いから着想したものです。

心療内科など病院で治療を受けると薬が処方されますが、必ずしも薬だけで完治・解決するものばかりとは限りません。最近では、カウンセリングルームが併設された病院も増えてきましたが、まだまだ足りない、知られていないというのが実情です。大山さんは、心理カウンセリングという選択肢もあることを知ってもらい、一人でも多くの人が自分らしく生きていける社会になってほしいという想いとともに取り組んでいます。

【取材を通して】

取材の中で大山さんのストレス解消法を伺ったところ、「ストレスの種類で解消法は違う」とのこと。カラオケに行くなどして声を出したり、体を動かしたりすることが効果的なときもあれば、逆に、一人の時間をつくるなどして心を休めてあげることが有効なときもあるそうです。

今回の取材を通して、日々相談者の“心の声”に耳を傾け、共有している大山さん自身が、とても自然体で自分らしく生きている、そんな印象を受けました。（SIC 樽川）

心理カウンセリング FLOW

Desk⑩

URL : <http://flowjp.com/>

E-mail : mail@flowjp.com

入居企業トピックス

○今月の掲載記事紹介○

新聞紙上に掲載された企業をご紹介します。ご紹介する記事は、SIC-1と2に掲示していますので、ご覧ください。

- 2月27日(水) **株式会社青電舎** **コロブス** -
これまでにないアイデアで試作を繰り返し
独自の「感触フィードバック」技術を開発
- 4月9日(火) **株式会社青電舎** **日刊工業新聞** -
- 中小企業 優秀新技術・新製品賞 優良賞 -
- 4月10日(木) **高瀬総合法律事務所** **かながわ経済新聞** -
- 従業員の解雇について③ -
- 4月10日(木) **株式会社ボード・プランニング** **かながわ経済新聞** -
- 自動運転の安全を検証 -

●SIC-2 全館停電・断水のお知らせ●

日頃より当センターの運営及び SIC-2 増築工事に協力いただき誠にありがとうございます。

下記日時に SIC-2 増築棟工事に伴う電気設備接続工事実施に伴い、全館停電及び断水となります。皆様にはご不便をお掛けいたしますが、ご理解とご協力をお願い申し上げます。

記

1. 実施日時 **令和元年5月12日(日) 8:00 ~ 17:00**

(当日雨天の場合は、現場の状況により実施の可否を判断し、延期の場合は5月19日(日)に実施します。)

2. 作業前のご対応

各部屋のパソコン、機器類、エアコン、電化製品(冷蔵庫、電子レンジ、ポット類)、サーバー等電源の停電への対応を前日までに済ませて頂きますようお願い致します。 ※SIC-1は、停電・断水いたしません。

●お問い合わせ先: 担当: 大谷 (SIC-2)

「SIC 空き室情報」

SICの空き室情報です。

○セミラボ: 実験、評価、分析などウェットラボとして、設計、試作など研究開発ラボとして目的に合わせてご利用いただけます。

増床・移転をご希望の方はご検討ください。

※お問い合わせ先 担当: 大谷・稲垣 (SIC-2)

knack! knack! 空き室情報!

SIC 空き室情報 (令和元年5月7日現在) ※お気軽にお問い合わせください。

SIC-2 増築棟 (仮称)

セミラボ (63.18 m²) 3 F 313,314 号室
4 F 411,412,413,414,415 号室
5 F 511,512,513,514,515 号室

※令和元年9月以降入居可能

SIC-2 増築棟
入居企業を
募集中です!

SIC-2 増築棟完成までの**カウントダウン!!**

SIC-2 増築棟完成まで、

91日

編集後記

10連休、皆さまはどの様に過ごされましたでしょうか。5月1日より『令和』となり、気持ちも新たに過ごされている方も多いと思います。さて、このところペーパーレス化時代にして印刷業界では紙不足となっているようです。生産量の縮小や災害による減少、また米中貿易摩擦などによる影響によるようです。不足して分かったことは、スマホやネットの時代にあってもなお、紙はとても大切な存在なのということ。日本人の文化のひとつである紙が、次代に良い形で継承されることを願っています。 荻島

★ご意見・ご感想をお待ちしています。 電話:042-770-9119 FAX:042-770-9077 ホームページ: <https://www.sic-sagamihara.jp>
発行元: 株式会社さがみはら産業創造センター (SIC) 〒252-0131 相模原市緑区西橋本 5-4-21 E-mail: koho@sic-sagamihara.jp

お知らせ

開催内容等、詳しくは SIC ホームページをご覧ください。



第13期

SIC職場リーダー養成塾

塾生募集中!

職場リーダーに求められる役割とは、「部下やメンバーの特性を知り、潜在的に持つ力を最大限に引き出し、周囲を巻き込んで取り組み、成果を出す」ことだと考えます。

職場リーダーとしてのスキルアップをご検討の皆様からのお申し込みをお待ちしています。

<講師の方々のご紹介>

- **メインコーディネータ** (課題解決研修) 貫井 政文氏
中小企業診断士、一般社団法人地域資源研究所 代表理事、
日本工業大学専門職大学院 客員教授
- **コミュニケーション研修** 松田 与理子氏
博士 (健康心理学)
桜美林大学 心理・教育学系 准教授
- **プレゼンテーション研修** 松尾 由紀子氏
株式会社スタンコミュニケーションズ 代表取締役、
元長崎文化放送 記者・アナウンサー、
CNNリポーター、スピーチコーチ

- **開催日** 令和元年6月8日(土) ~
12月11日(水) 全10回
- **会場** 相模原市立産業会館、SIC-2大会議室 他
- **募集人数** 16名 (1社3名まで受講可)
- **対象** 中小・中堅企業の職場のリーダー及びリーダー候補
- **受講料** 118,000円 (消費税別) / 名
- **お申し込み** 5月31日(金)
- **お申し込み・お問い合わせ先** 担当: 五島 (SIC-1)

※詳しくは SIC ホームページをご覧ください。

2019

「ニュービジネスリーダー」育成セミナー

SIC 経営塾

時代に打ち勝つ『経営力』が求められている
塾生募集中!

本塾では、先端的な企業のケーススタディーを通し、経営の理論と実践を学ぶとともに、塾生自らが事業構想を再構築することにより、「真の経営力」を養成することを最終目的としています。

本年も塾生を募集いたします。皆様からのお申し込みをお待ちしています。

<講師のご紹介>

- **コーディネーター** 寺本 明輝氏
株式会社浜銀総合研究所 顧問・特任コンサルタント、
横浜商科大学 非常勤講師、中小企業診断士

- **開催日** 令和元年6月15日(土) ~ 令和2年2月8日(土) 全11回
- **会場** SIC-2大会議室 他
- **募集人数** 15名
- **対象** 経営者または経営幹部
- **受講料** 200,000円 (消費税別・1泊2日の合宿費用を含む)
- **お申し込み・お問い合わせ先** 担当: 片山 (SIC-1)

詳しくはホームページをご覧ください。