

# ふじのくに 瓦版 こんなにちは。静岡です!

## 【インタビュー】この人に聞きたいたい!



### 様々なケースを扱ったことが、今の自分の自信になっています

社会保険労務士 川相 麻祐子

社労士もまず“傾聴”することから始まります

私にとって“カウンセリング”は、相手の方に色々と話してもらい、自分で答えを見つけてもらうというイメージがあります。私たち社労士も会社に何か問題があって怒っている経営者と話す時は、まずよく話を伺います。よく話を聞いていくと最初怒っていた経営者も自分なりの答えに辿り着きます。ただその答えが間違っていれば、私たちはアドバイスを行います。傾聴で終わるのではなく、私たち側から答えを提示して終わります。そこがカウンセラーの方々と私たちとの違いかなって思います。ただし初めに話を聞くということがとても重要な“傾聴”を心がけています。

#### 経営者と労働者、二つの視点を持つ

社労士の資格を取得し開業した後は、顧客を増やしたいと思っていたので経営者の方々ばかりと話す機会が増えました。そして労働者の方々と話す機会が多く労働者側の立場で考えることが無くなりました。これではまずいと思い、労働局の相談窓口で相談員の仕事を始めました。労働局では、労働者からの相談が圧倒的に多いです。相談内容はパワハラや解雇、一方的な労働条件の引き下げなどが主でした。例えば、パワハラについて経営者側の視点だけで考えると、「仕事上の指導や注意をなぜパワハラととらえるの？」と思いますが、実際には言い方

や内容が適切でない経営者もいると思います。そのように、労働者からの相談を伺い、経営者、労働者双方の考え方を理解できるようになったのは良かったと思います。労働局で感じたことですが、経営者と日頃から話をしていない労働者が多く、両者がただの利害関係になっている会社が多いようでした。せっかく一緒に働いているのにさみしいなって思いました。

#### メンタルヘルス不調と長時間労働

社労士になろうとしたきっかけは、新卒で大手の受験予備校の教師となり、自分自身が長時間労働を経験したからです。これでは病気になる人がいるのではないかって疑問を持ち始めました。今メンタルに問題を抱えている労働者は増えていると感じます。メンタルヘルスの不調は長時間労働との関係が深いと思います。経営者の方々へは、残業代を払えばそれで良いのではなく、従業員を早く帰すよう話をしています。従業員を単に労働を提供する労働者としてではなく、その人の生活そのものを包括的に面倒を見る、余暇(仕事以外の時間の使い方)まで考えてあげて欲しいというアドバイスをしています。今は、メンタルヘルス対策としてEAPと契約している会社もありますが、医師の方の中には、EAPだけでは足りないという見方もあります。産業医が会社を巡回して従業員の相談に乗るのが理想だと思いますが、産業医も忙しいのでできないのが現状です。産業カウンセラーの皆様には、現場と総務人事や産業医との繋ぎをしていただくことを期待します。

(インタビュー：岡野 祐子)



#### 親切の練習

小泉 明美

久しぶりに東海道線に乗っていた時のことです。座っていた中学生らしき男子が、リュックを手に持ち立っていた白髪の男性に席を譲ろうと立ち上りました。「いいよ。いいよ」「でも…どうぞ」の譲り合いが2、3度繰り返されました。男性は頑に固辞して座りませんでした。すでに立ち上がっていた男子は困惑したのでしょう。なんと隣に立っていたこの私に「どうぞ」と席を譲りました。一瞬「はあ～？私は席を譲られるほどおばあさんじゃないんだけどなあ」とびっくりし、同時に軽いショック(笑)を受けました。もしかして白髪の男性も似たような気持ちに？けれど、その男子が一生懸命に誠意を表そうとしていたのが伝わり、素直に譲られることにしました。「ありがとう。助かっちゃった」(これは本心です)。はにかんでいた男子のぎこちなさが、勇気を出してそういうことをしてくれたのかも、と想像させました。彼は立ったままいくつかの駅を乗り越しました。うまく伝わらないこともあるけれど、やしさを表現する行動をこれからもためらわないでほしいと思いました。



## ☆お知らせ☆

### ●NHK福祉ビデオ「うつ病」

#### DVD視聴研修会 開催! ● 大野裕先生監修

平成25年度全国大会で、基調講演や認知行動療法のライブを担当いただいた国立精神・神經医療研究センター認知行動療法センター長の大野裕先生が監修された“うつ病”全3巻のDVD視聴研修会を開催します。

日 時：9月14日(土) 10:30～16:30

場 所：静岡事務所研修室

参 加 費：無料(全部視聴された方は研修ポイント5ポイントが付与されます)

参 加 資 格：会員

申込は静岡事務所まで

内 容	放映時間予定
①うつ病って何だろう —精神科医 大野裕さんに聞く	10:30～11:41
②うつと生きる —ある会社員の17年	12:45～14:29
③ふたたび職場へ —復職支援の現場から	14:45～16:07

平成25年9月1日～平成26年3月31日の平日10:00～16:00  
静岡事務所にて視聴可能です。