



令和8年度上半期（4月－9月）開催

# カウンセリング技術研修

カウンセリングの基本を、講義と実技で学びます。一緒に勉強しませんか？

【日 程】2026年4月24日～9月11日／全日 金曜日（全10回）

【時 間】14:00～16:00

【受講料】無料

【会 場】浦和駅周辺を予定

【講 師】星野ゆかり 相談員（カウンセリング担当）

【対 象】連続受講が可能な方 20名

※この研修は全10回の講座をすべて受講されることを前提として組み立てられていますので、連続受講可能な方。

## 【各回日程・テーマ】

回	月日	テーマ
1	4月24日(金)	開講式、オリエンテーション、カウンセリングの基本的な考え方
2	5月15日(金)	心の医学Ⅰ（どのような人が、何を求めて等）
3	5月29日(金)	心の医学Ⅱ（心の医学、心の問題と頭の問題等）
4	6月12日(金)	ストレスについてⅠ（ストレスとは、職場のストレス等）
5	6月26日(金)	ストレスについてⅡ（ストレスとの付き合い方等）
6	7月10日(金)	カウンセリングの具体的な技法Ⅰ（対人的な距離、視線等）
7	7月24日(金)	カウンセリングの具体的な技法Ⅱ（上手な話の聴き方、受容等）
8	8月7日(金)	カウンセリングの具体的な技法Ⅲ（感情の整理、感情の明細化等）
9	8月28日(金)	演習（職場でよく起こり得る問題での演習）
10	9月11日(金)	実践（話を聴くことの体験）質疑応答、閉講式、修了証交付

## 【講 師】

星野 ゆかり 相談員

日本大学病院 精神科 医療員、公認心理師、臨床心理士、産業カウンセラー



※ご準備頂く物は特にありません。テキスト等資料は各回ごとにお渡しします。

お申込みはこちら



埼玉産業保健総合支援センター

tel:048-829-2661 e-mail:info@saitamas.johas.go.jp  
https://www.saitamas.johas.go.jp