

活動報告



2023年3-4月



慌ただしい年度末でしたが、決算を早めに終え、ご近所の韓国に出かけてきました。コロナ禍で海外旅行は3年ぶりです。入国・出国審査のデジタル化に驚きました。

韓国は今回で2回目。前は済州島を訪れ、豊かな自然遺産を周りました。今回はソウル市内と南部の慶州にある世界遺産の寺院や博物館を訪れました。

ハングルが読めないこと、英語表記が意外に少ないなどで困った時はローカルの人に尋ねると親切に教えてくれました。ガイドブックもスマホも役立ちますが最後はやはり人との対話だなあ、と実感した旅でした。



世界遺産の仏国寺(慶州)

最終日に空港まで送ってくれた観光タクシーの運転手さんは、丁度松山への直行便で四国遍路に参加するツアーを手配したとか。私の旅と同様、四国の旅を楽しんでもらえたら嬉しいことです。



景福宮(ソウル市)の衛兵交代式

主な活動

Mar.

個人カウンセリング

愛媛県臨床心理士会
研修発表

愛媛大学大学院紀要執筆

ロールシャッハ勉強会参加

まつやま花園日曜日

Apr.

個人カウンセリング

専門学校講師

専門学校講師

まつやま花園日曜日

日曜市に出店しています



**プロカウンセラーによる
ワンコインカウンセリング**

500円で20分間傾聴します!

お試し、
冷やし大歓迎!

まつやま花園日曜日
10:00~15:00

中嶋美知
公認心理師・NLPトレーナー

溝淵由理
臨床心理士・公認心理師

LET'S
TALK IT
OUT

「まつやま花園日曜日」

松山市花園町商店街で月一回、第4日曜日に開催中。

詳しくはこちら

<https://www.facebook.com/hanazonodori/>

グリーフワーク講座開催中!

4月16日：終了しました。

6月18日：お申込み受付中

(×切6月11日)

詳細はHP⇒Peatix申込みより

昨年7月にスタートした、まつやま花園日曜日への出店も10回目となり、顔なじみのお客様も増えてきました。テントの中にカーテンで仕切った空間を作って簡易のカウンセリングスペースを作ります。夏は暑く、冬は極寒の日もありましたが、完全予約制のルームでのカウンセリングとは異なり、街に買い物に来た人、観光に来た外国人の方などと気軽にお話できるのがストリートの良さだと実感しています。

昨今では孤独による心身の不調に悩む人が増えていると感じます。経済的な困難や世界情勢の不安定感、まだ油断できない感染症など個人の努力ではどうしようもないことで精神的な疲労がたまっている人もいるでしょう。そんな時に役立つのは鋼のような強さではなく、むしろ竹のようなしなやかさだと思います。苦しいときには安心して「辛い」、「疲れた」と言いながらセルフケアができる場をこれからも提供していきたいと思っています。



4月23日開催の日曜市で

Contact Details:

カウンセリング工房姫の会／グリーフサポートBe With
溝淵由理 Yuri Mizobuchi

Mail: griefbewith@gmail.com

HP: www.griefbewith.com →

Address: 松山市花園町4-11吉田ビル3F



ソウル市内のカフェで一休み



一歩ずつ、明るい方へ



Be with
grief support