

## ●プロフィール

臨床心理士、教育学修士、総務省消防庁 緊急時メンタルサポートチーム専門家、厚生労働省 PTSD高度専門研修名簿登載者 農林水産省 農業経営改善R2調査検討会メンバー、日本プロ農業総合支援機構(J-PAO) 参与

個人心理療法などの臨床活動の他に、ハラスメント対策、メンタルヘルスケアについての講演会やセミナーなどによる啓発活動を多数行う。

## ●メッセージ

私は、県立高校の教諭として20年以上にわたり、思春期の青少年達と向き合った後、「心の健康にも予防が大切」という理念のもと、2006年に東京と岡山に臨床心理士による心理オフィスを開設しました。そして、この15年近くの間で、個人やカップルに方々に延べ 5000回以上の心理療法（カウンセリング）を行ってきました。

その臨床活動では、困り感を抱き、自己の課題に苦しみながらも、自身のチカラで歩いて行こうとされる姿に数多く出会ってきました。換言するならば、自身のチカラで歩もうとされる方々と、その道程をご一緒することできたのは、お一人おひとりが自分の次の一歩のために「ココロの専門家を活用する」というチカラを発揮してくださったからこそです。

そして、まさに日本女性財団には、多くの専門家や支援団体、志を同じくする方々が、女性の心身の健康と社会的な活動を後押しするために結集し、多くの仲間とつながりながら、日本の未来を創ることに貢献する活動が始まりました。

臨床心理士の私が、特にこの財団を通じて皆さまのお役に立ちたいことは、セミナーや講演会などで「臨床心理学に基づいた専門的知識」をわかりやすくお伝えし、「今から使えるスキル」と「腑に落ちる体験」を得ていただくことだと考えています。

一人ひとりの女性が、しなやかに健やかな人生を歩むことのできる日本の社会を目指して、自らも知り、学びそして発信しながら皆さまとともに進んでまいります。