

高知精神保健

発行所 高知市丸の内1丁目2-20
 高知県地域福祉部障害保健福祉課内
 高知県精神保健福祉協会
 電話：088(823)1111・088(823)9669(直)
 FAX：088(823)9260
 E-mail：kochi-mhwa@mopera.net
 発行人 明神 和弘 編集人 谷 晃

第260号

第55回高知県精神保健福祉大会

「不安とむきあう」 ～郷土が生んだ森田療法～



大会実行委員長
谷 歩

今回の精神保健福祉大会では私たちの郷土出身の森田正馬博士が生み出した森田療法をテーマに取り上げています。丁度今年から「森田正馬生家保存を願う会」の活動も本格化した折でもあります。

大会では、まず慈恵医科大学精神医学講座主任教授の中山和彦先生に「不安と向き合う－土佐が生んだ森田療法の軌跡」と題して、森田正馬先生が如何にして高知県の風土から森田療法を生み出していったか、森田療法はどんな治療法だと思えばいいか、そして生活の中の不安に向き合うためにどう活用していくかをお話いただく予定です。

後半の「いまを生きる」と銘打ったシンポジウムでは三人の方に森田療法或いは森田療法と同じ効果を含む活動をされている方に参加して頂きます。

お一人は路上で向き合った方に即興で詩を捧げるパフォーマンスをなさっている路上詩人はまじこと浜崎一途さんです。

二人目は実際に森田療法を活用している自助グ

ープである「生活の発見会」の打浪正信さんに参加して頂きました。

そして三人目は医療として森田療法に取り組む立場から上村直人先生にも御参加願ひ、三人の方にそれぞれの取り組みをご紹介頂き、その後中山先生にも参加して頂き、現代の生き方について、森田療法の活用の仕方についてディスカッションして頂きます。

現代の社会は多様な問題が山積されている、変化の速い、その変化に対する適応を強いられることの多い状況の社会だと思います。そんな状況の中私たちは「このままでいいのだろうか」、「何をしたらいいのだろうか」、或いは「どうなっていくのだろうか」など多様な不安を抱きやすいのではないのでしょうか。

今日の大会を通じてそんな現代の生み出す不安への対処方法の参考にしていただく事ができ、心の平安を保つ一助となりましたら幸いです。

大会パンフレット
プログラム詳細はP6参照



目次

第55回精神保健福祉大会(案内)	1
「森田正馬生家保存を願う会」の活動について.....	2
高校生傾聴ボランティア養成講座 開催される.....	3

ひきこもり地域支援センターの紹介.....	4
日本精神障害者リハビリテーション学会 第23回高知大会 ..	5
最後となるソフトボール大会のお知らせ	5
第55回高知県精神保健福祉大会(プログラム)	6

「森田正馬生家保存を願う会」の活動について

私共「森田正馬生家保存を願う会」は、平成26年度末の3月7日発足会をもち、理事12名・監査委員2名・顧問4名で立ち上げました。

翌日開催の第3回「心の健康セミナー」in 高知の講師で慈恵医大:中山和彦教授や高知大学精神科講師:上村直人氏を始めとする招待客19名の懇親会は、大変和やかで心強いご賛同も得まして発足出来ましたことは、有り難く感謝の気持ちでいっぱいです。8月末現在、正会員162名・賛助会員96名となりました。

さて、去る9月6日(日曜日)正会員50名の出席と85名の方の委任状をいただき、総会を開催いたしました。併せて高知県立精神保健福祉センター長の山崎正雄先生に「うつ病について」の講演をいただきまして、好評を得ました。

今後は決議にのっとり、「森田正馬生家保存を願う会」の活動を推進して参るべく頑張りますので、高知県精神保健福祉協会の皆様方のご支援を賜りたくお願い致しますと共に、12月6日の第3回「心の健康セミナー」in 高知へ是非ご参加下さいませようお願い申し上げます。

市民公開講座 第3回「心の健康セミナー」in 高知

郷土の偉人
森田正馬に学ぶ 心の健康法

★日時★ 2015年12月6日(日)
★時間★ 13:00~16:00 (開場:12:30) 参加費
無料
★会場★ のいちふれあいセンター「サンホール」
<高知県香南市野市町西野534-1> (定員:500名)

森田正馬(1874~1938)は香南市野市町出身の医師で、神経症の「森田療法」を開発した歴史的な人物です。郷土愛が大変強い方で、郷土の教育・文化発展に多くの尽力をされました。

森田療法は神経症のみならず、人生の折々における困難に直面した際の上手な対処法としても応用でき、また、生涯学習として大人から子供まで、幅広い世代で取り組むことが可能です。人生における「生・老・病・死」の危機管理術を学びに、是非この機会に、ご家族お揃いで、お気軽にご参加ください。

第1部:「ガン・身体疾患と森田療法」
すばるクリニック院長 伊丹仁朗

第2部:「森田療法を日常に役立てる」

- 森田療法実践体験談
- 質疑応答

NPO法人生活の発見会 小原清三・奥村典彰

【主催】森田正馬生家保存を願う会 【共催】香南市
【後援】日本森田療法学会・(公財)メンタルヘルス岡本記念財団
(社)近森会近森病院総合心療センター・NPO法人生活の発見会・生きがい療法ユニオン

【問合せ窓口】森田正馬生家保存を願う会 事務局 Tel/Fax:0887-56-2437
781-5232 高知県香南市野市町西野641

高知県香南市野市町西野641
森田正馬生家保存を願う会
事務局 森田 敬子
(Tel/Fax:0887-56-2437)

「森田正馬に学ぶ
心の健康法」
ポスター

高校生傾聴ボランティア養成講座 開催される

日 時	講座内容
8月3日 (月)	9:30～ 9:50 開講式、伝達事項
	9:50～11:20 講義「思春期や青年期がかかりやすい心の病気」 講師 高知大学医学部 須賀 楓介 精神科医師
	11:30～12:20 DVD視聴学習「青年期に精神疾患にかかった方が回復した今の生活」 説明 高知県中央東保健所 田所 淳子
	12:20～13:30 昼休み
	13:30～15:00 グループワークその1「聞き上手になるために必要なこと」 講師 日本産業カウンセラー協会 槇本 宏子さん 他
15:15～16:30 グループワークその2「聞き上手になるために必要な姿勢」 講師 日本産業カウンセラー協会 槇本 宏子さん 他	
8月5日 (水)	9:30～10:50 講義とグループワーク「心の病気とストレスについて学ぶ」 講師 高知県中央東福祉保健所 田所 淳子
	11:00～12:00 身体と心のリフレッシュ「body・work ～身体を動かして脳を元気に！～」 講師 高知大学医学部看護科 大井 美紀さん
	12:00～13:00 昼休み
	13:00～14:00 講座のまとめ～学んだことを振り返る～グループワークその1 ・学んだこと ・多くの人に伝えたいこと ・僕たち、私たちができることは何だろうか？
	14:15～15:15 講座のまとめ～学んだことを伝える～グループワークその2 ・私達の考えや思いを目に見えるものにしてみよう ・それを伝えるために、できること ●学んだことを用紙1枚にまとめてみましょう
	15:25～15:40 各グループのまとめを発表
	15:40～15:50 受講修了証書授与・閉講式

高知県自殺対策強化学業費補助金「若者ゲートキーパー養成事業」が、本山町主催、中央東福祉保健所共催、で平成27年8月3日、5日、嶺北高校生1～3年生12名、一般2名の14名を対象に開催されました。

高校生たちは、専門職から心の健康に関する疾患や留意点等を学び、傾聴の姿勢をロールプレイも交えて体験するなど、本格的な講座を熱心に受講。最終日は、自分たちが学び得たポイントや伝えたい重要点を検討しながら、大きなポスターを作製。聴衆者の役場職員に発表会をするなど、たくさんのお話を学んでもらった2日間の講座でした。

このように、若者に心の健康問題を理解してもらうには、単にパンフレット配布だけの広報では不

分でしょう。顔を見合わせて、じっくり考えてもらう、若者がゆえのさわやかな発想を生かす。そして社会に何をどうやって伝えるか、そういうことを考える場の提供が、若者への自殺対策やメンタルヘルス事業の本来の姿のような気がします。

(高知県中央東福祉保健所 田所 文責)



ボランティア養成講座の様子

ひきこもり地域支援センターの紹介

ひきこもり地域支援センター（以下「センター」）では、ひきこもりがちな生活をしていたり、人間関係で悩みをもっている青年（おおむね30代まで）を対象に、「青年期の集い（以下「集い」）」を開催しています。平成21年12月にスタートし、現在は毎週水曜日の午後のプログラムと、月2回のフリースペースという頻度で実施しています。また、女性だけの集い、女子ミーティングも月1回開催しています。

プログラムは、あらかじめ、参加者で希望を出し合って、決めています。室内で創作活動やスポーツをしたり、所外へ散策やカラオケに出たりといった活動をしています。個別の相談から集いの利用に至る方、インターネットなどを見て、参加希望をして来所される方など、利用するきっかけはさまざまですが、毎回4～8人程の若者が集まっています。

集いに出ることで、生活リズムをつくったり、人と話すことに慣れていたり、他の参加者から生活のヒントを得たりしています。徐々に活動範囲を広げ、自分の次の目標を見つけるなどして、集いを卒業していく方たちもいます。

今の生活を何とかしたいな、と思っているひきこもりがちな若者たちの最初の一步となる場です。

センターでは、この他、ひきこもりの方の家族の居場所として、「家族サロン（以下「サロン」）」の会場の提供をしています。サロンは「やいろ鳥の会」というひきこもりの親の会が運営をしています。

週に1回家族が集まり、おしゃべりや情報交換をすることで、家族が元気になる場として、こちらも平成21年から実施されています。

センターでは、集いやサロンを実施しているグループ室から楽しそうな笑い声や、スポーツをしての絶叫（？）が聞こえてくることもあります。家庭以外の場所で、安心して過ごせる場所としていろんな方の居場所になればいいなと思っています。

集いについての利用希望やお問い合わせは、センターまでご連絡ください。



集いやサロンを開くグループ室

<受付日時>

月～金曜日 午前8時30分～午後5時

（祝祭日・年末年始を除く）

高知県ひきこもり地域支援センター
（高知県立精神保健福祉センター内）

高知市丸ノ内2-4-1

高知県保健衛生総合庁舎2階

TEL 088-821-4508

FAX 088-822-6058



日本精神障害者リハビリテーション学会 第23回 高知大会

The 23rd Japanese Association of Psychiatric Rehabilitation in Kochi

「リハビリテーションの新たな夜明けぜよ」

会期:2015年12月3日(木)4日(金)5日(土)

会場:高知市文化プラザかるぼーと

主要プログラム

※各日程については予定であり変更となる場合がございます。ご了承ください。

1日目 12月3日(木)

10:00~19:00	開場・受付
13:00~15:00	サテライト企画 [パネルディスカッション]
14:00~17:00	サテライト企画 [フットサル・ソフトバレー]
15:30~18:30	研修セミナー:11講座予定 当日の参加受付を行います。 参加希望の方は、「研修セミナー参加受付」までお越しください。

2日目 12月4日(金)

8:00~ 8:30	開場・受付
9:30~ 9:45	開会式
9:45~10:45	特別講演1
10:50~	大会基調講演:ベニシア様
12:00~12:50	ランチョンセミナー:2社予定
13:00~15:00	学会シンポジウム
15:10~16:40	大会企画:地域移行
15:10~16:40	南海トラフシンボ
15:10~	口頭発表:第1群~4群予定
16:20~17:50	自主プログラム:9グループ予定
18:00~18:50	学会総会
19:30~21:30	懇親会 会場:三翠園

3日目 12月5日(土)

8:00~ 8:30	開場・受付
9:15~	ベストプラクティク賞・野中賞
9:15~	口頭発表:第5群~10群
10:00~11:30	特別講演2
11:00~12:00	口頭発表:第11群~16群
12:00~	ランチョンセミナー:2社予定
12:00~13:00	ポスター発表 (ポスター掲示9:00~18:30)
13:15~14:15	特別講演3
13:15~15:30	自主プログラム:10グループ予定
15:00~17:00	大会シンポジウム お遍路
15:40~	自主プログラム:9グループ予定
17:10~	閉会式



平素は格別のお引き立てをいただき、厚く御礼申し上げます。

第60回目の節目となる記念すべきソフトボール大会を10月8日(木)に春野総合運動公園にて開催いたします。

しかし、近年の参加施設が少なくなっている現状を総合福祉部で話し合った結果、誠に残念ではありますが、本大会をもちましてソフトボール大会は終了することとなりました。

参加される皆さまにとって思い出に残る大会となるように、ソフトボール専用球場の使用や、入場行進の導入など、趣向を凝らす予定です。

観客席もありますので、最後の大会にぜひ足をお運びください。皆さまのお越しを心よりお待ちしております。



左大会についてのお問い合わせ

事務局

高知大学医学部神経精神科学教室
〒783-8505 高知県南国市岡豊町小蓮
E-mail: info@japr2015.jp

運営事務局

有限会社イブニング・グロー
〒780-0921 高知県高知市八反町1-15-15
TEL:088-824-2715 FAX:088-824-9244

第55回高知県精神保健福祉大会

「不安とむきあう」

～郷土が生んだ森田療法～

入場無料

日時 2015年10月20日(火) 午後1:00～4:30

場所 高知県民文化ホール(グリーン)

プログラム

- PM1:00 開会あいさつ 高知県精神保健福祉協会会長 明神 和弘
来賓あいさつ 高知県知事 尾崎 正直
高知市長 岡崎 誠也
高知県医師会会長 岡林 弘毅
- PM1:20 表彰式
- PM1:30 …… 休 憩 ……
- PM1:35 アトラクション 藤戸病院デイケア
コーラスグループ「HAZAMACER'S (ハザマッカーズ)」
- PM1:45 …… 休 憩 ……
- PM1:50 講演「不安と向き合う ー土佐が生んだ森田療法の軌跡」
講師 東京慈恵会医科大学精神医学講座教授 中山 和彦
- PM3:20 …… 休 憩 ……
- PM3:30 シンポジウム「今をどう生きるか」
シンポジスト
「きっかけづくりとコトバのチカラ」
～言葉・音霊・しゃぼん玉～
路上詩人はまじ こと 浜崎 一途
「生活の発見会紹介」
(特非)生活の発見会瀬戸内支部長 打浪 正信
「高齢者に対する森田療法的・生活史アプローチの経験」
～生活史を聴くことの大切さ～
高知大学医学部精神科講師 上村 直人
助言者 東京慈恵会医科大学精神医学講座教授 中山 和彦
座長 高知県立精神保健福祉センター所長 山崎 正雄
- PM4:25 閉会あいさつ 高知県精神保健福祉協会 副会長 猪谷 健

主催 高知県精神保健福祉協会
事務局 高知県精神保健福祉協会 高知市丸の内1-2-20
高知県地域福祉部障害保健福祉課内 TEL 088 (823) 9669

講演タイトル

「不安と向き合う ー土佐が生んだ森田療法の軌跡」

講師

東京慈恵会医科大学
精神医学講座
教授

なかやま かすひこ
中山 和彦



森田正馬は、幼名を「光(みつ)」といった。正馬も「しょうま」なのか「まさたけ」なのか決定できない。正馬は明治7年(1874年)1月18日、高知県香美郡富家村(現・野市町)兎田(うさいだ)で生まれた。森田のもって生まれた神経質性格はこの地域独特の文化の照射によって得体の知れない「不安」として発光した。それは真言宗 須磨寺派 金剛寺にあった地獄絵であり、「犬神憑き」の土俗の信仰と「いざなぎ流」の存在であった。森田の最初の仕事は、「犬神憑き・調査研究」であった。それは迷信・邪教を排除するためであったが、後の森田療法を世に排出するために大きな意義をなした。

森田療法が完成し、学位論文として受理された時、森田はすでに50歳だった。その後の人生は14年しか残されていなかった。当事者であるからこそ、森田正馬が知っていたことは何であるか。それは神経症の症状は、想像以上に苦しいものであるということである。森田自身に啓示されたものは、「言葉で理解できない不安への挑戦」であった。結局森田は言葉で到達できない森田療法を考案した。しかし言葉で追及する必要があった。それは、当事者に対して、「直さなくていいんだ」という福音を与える事と「体得する」ための覚悟に必要な「きっかけ」としての言葉探しでもあった。それが13冊の著書、特に病床で書き上げた6冊に表れている。森田も言葉で不安をやっつけたかった。森田が体験した不安は、その本態は何だったのだろうか。森田療法成立過程を通して森田療法の大黒柱である「暗示性」と「とらわれ」の構造を考えてみる。



吉富薬品株式会社
大阪市中央区北浜 2-6-18
http://www.yoshitomi.jp/

からだ・くらし・すこやかに



www.ds-pharma.co.jp