

ポジティブに生きるためのサイエンス

～福島未来に、今、必要なこと～



ASAHA HOSPITAL 50th anniv.



第1回日本ポジティブサイコロジー医学会学術集会・あさかホスピタル50周年記念講演会

プログラム

第1部

▶14:00～14:10 開会挨拶

▶14:10～14:30 基調講演 1

「Happy People Live Longer!

～ごきげんな人は10年長生きする～

坪田 一男 (慶應義塾大学教授、SFC 研究所ヘルスサイエンス・ラボ代表)

▶14:30～14:50 基調講演 2

「こころを元気にするヒント:

こころのスキルアップトレーニング」

大野 裕 (国立精神・神経医療研究センター認知行動療法センターセンター長)

▶15:00～15:40 招待講演 1

「Finding Well-Being in Difficult Times: Research and Clinical Perspectives from Self-Determination Theory」

「困難に直面した時に幸福を見つける～自己決定理論の研究と臨床の展望～」

Richard Ryan

(Professor, Clinical and Social Sciences in Psychology, University of Rochester)

第2部

▶16:00～17:00 シンポジウム 司会 大野 裕・佐久間 啓

「今、そしてこれからをどう生きるか

～メンタルヘルスのエキスパート達からのアドバイス～

三村 将 (慶應義塾大学医学部精神・神経科教授)

宮岡 等 (北里大学医学部精神科教授)

水野 雅文 (東邦大学医学部精神神経医学講座教授)

▶17:00～17:30 招待講演 2



「よろこびを力に・・・」

有森 裕子

オリンピック女子マラソンメダリスト
スペシャルオリンピックス日本理事長
ハート・オブ・ゴールド代表理事
しゃくなげ大使 (福島県)

会期

2012年11月27日(火)

講演会 14:00～17:30

会場

ホテルハマツ (福島県・郡山)

〒963-8578 福島県郡山市虎丸町3番18号



参加費
無料

一般
公開

事前登録制
先着 300 名



共催

日本ポジティブサイコロジー医学会

理事長 大野 裕

(国立精神・神経医療研究センター認知行動療法センターセンター長)

あさかホスピタル

代表 佐久間 啓 (あさかホスピタル院長)

ポジティブに生きるためのサイエンス～福島の未来に、今、必要なこと～

今回の東日本大震災は、多くの尊い命を奪い、日本全体にも大きな影響を与えた災害でした。そして被災県の中で、特に福島県においては、計り知れない衝撃と解決困難な放射線被害を残しました。震災直後の強い急性のストレスとその後の解決の見通しの立っていない慢性のストレスにさらされる中で、人はどのように困難を受け止め、乗り越え、そして前向きに生きることができるのか？

現在も多くの福島県民が復興に向けて前向きに歩んでいますが、これから将来に向けて、よりポジティブに、より幸せを感じて生きて行くためには、どのように考え、どのように行動すべきか、心のエキスパートの先生方に専門家の視点からお話を頂き、これからの福島県について、一緒に考える機会としたいと思います。

福島県民が、そして日本が元気になるため、あさかホスピタルと日本ポジティブサイコロジイ医学会が協力し、「ポジティブ」を福島から発信していきます！！

本講習会は、医療従事者のみならず、ポジティブサイコロジイに興味のある方、どなたでもご参加いただくことが可能です。

基調講演 1

「Happy People Live Longer!

～ごきげんな人は10年長生きする～

坪田 一男

(慶應義塾大学教授、SFC研究所ヘルスサイエンス・ラボ代表)



慶應義塾大学医学部卒業。ハーバード大学(米)留学、クリニカルフェロー修了。現代病といわれる「ドライアイ」にいち早く着目して研究と診療に取り組み、多くの論文を発表。また、南青山アイクリニック手術顧問を務め、眼科専門医によるレーシック(近視手術)の普及・指導に取り組み、プロゴルファーやスポーツ選手の多くを執刀する。

2000年より最先端のアンチエイジング医学を学び、医療界にこれを積極的に導入。現在、日本抗加齢医学会副理事長、日本再生医療学会理事、2012年より慶應義塾大学SFC研究所ヘルスサイエンスラボ代表などの要職を務める。

近著に、『ごきげんな人は10年長生きできるポジティブ心理学入門』(文藝春秋)、『長寿遺伝子を鍛える』(新潮文庫)など著書多数。

<http://www.tsubota.ne.jp/>

招待講演 1

(※逐次通訳付き)

「Finding Well-Being in Difficult Times: Research and Clinical Perspectives from Self-Determination Theory」

「困難に直面した時に幸福をみつける～自己決定理論の研究と臨床の展望～」

Richard Ryan

(Professor, Clinical and Social Sciences in Psychology, University of Rochester)



ロチェスター大学教授。臨床・社会科学心理学者。250以上の論文、著書、記事を執筆し、多くの研究者に影響を与える。

“自己決定理論”をDr Deciと共に提唱。

また、アリストテレス派の幸福主義をすすめ、マインドフルネスを科学的に理論化し分析したことで知られている。

米国心理学会、米国教育研究協会、自己・同一性学会、実験的社会心理学会他、多くの学会等のメンバーである。

基調講演 2

「こころを元気にするヒント：

こころのスキルアップトレーニング」

大野 裕

(国立精神・神経医療研究センター認知行動療法センターセンター長)



慶應義塾大学医学部卒業。コーネル大学(米)、ペンシルベニア大学(米)に臨床留学。うつ病などの精神疾患に対して効果的である認知療法・認知行動療法を日本に紹介し、多くの学術論文や啓発書を発表。日本ポジティブサイコロジイ医学会理事長、日本認知療法学会理事長、日本ストレス学会副理事長、日本うつ病学会や日本不安障害学会の理事など、多くの要職を務める。現在、専門医への普及・

指導を目的とする国家プロジェクトに取り組み、被災地支援や自殺対策活動にも積極的に参加。15万部を超えるロングセラー『こころが晴れるノート』(創元社)や近著『はじめての認知療法』(講談社現代新書)など著書多数。認知療法・認知行動療法を活用してストレス対処力を高めるウェブサイト『こころのスキルアップ・トレーニング』(<http://cbtjp.net>)を発案・監修。

シンポジウム「今、そしてこれからをどう生きるか」

司会

佐久間 啓 (あさかホスピタル院長)

大野 裕

(国立精神・神経医療研究センター認知行動療法センターセンター長)

講師

「脳を活性化して難問を克服」

三村 将 (慶應義塾大学医学部精神・神経科教授)

「病気が治る」と「幸せに生きる」

宮岡 等 (北里大学医学部精神科教授)

「こころの予防と明るい社会」

水野 雅文 (東邦大学医学部精神神経医学講座教授)

参加申し込み

Webでのお申込み 申し込み受領後、メールにて参加証をお送りします。

<http://jphp.jp/shukaisemi.html>

FAXでのお申込み 下記必要事項をご記入いただき、本紙をそのまま送信してください。

FAX: 03-5775-2076

申し込み受領後、メール、もしくはFAXで参加証をお送りします。

はがきでの申し込み

下記必要事項をおはがきにご記入いただき、ご郵送ください。

107-0052 東京都港区赤坂8-5-40-513

日本ポジティブサイコロジイ医学会 事務局 宛

申し込み受領後、おはがきで参加証をお送りします。

参加申込書

(フリガナ) お名前		年齢	職業	男・女
			歳		
専門分野 ※医療従事者のみ	医師・歯科医師 (基本分野： 医療従事者 (専門：) 例：内科) 例：看護師	会員/一般 (チェックを入れてください) <input type="checkbox"/> 日本ポジティブサイコロジイ医学会会員 <input type="checkbox"/> 一般		
所属先		部署・科			
連絡先 チェックを入れてください <input type="checkbox"/> 自宅 <input type="checkbox"/> 勤務先	住所 〒				
	TEL ()	FAX ()			
	E-mail @				