

日本精神保健社会学会

平成 26 年 9 月 30 日

THE JAPAN ASSOCIATION OF
MENTAL HEALTH SOCIOLOGY

事務局：東京都豊島区西池袋 2-39-8

ローズベイ池袋ビル 3F

<日本学術会議学術研究団体 No.1001>

東京メンタルヘルス株式会社内

TEL 03-3986-3220 FAX 03-3986-3240

ニュースレター第 52 号

発行人：宗像恒次

編集人：上田敏子、窪田辰政

第 20 回学術大会・総会のお知らせ（最終版）

●開催日：平成 26 年 11 月 30 日（日）

●会場：筑波大学東京キャンパス 119 講義室

●大会テーマ：「あるがままの自分を見出す、見出せる社会」

大会実行委員長 静岡産業大学経営学部准教授 窪田 辰政

周りを気にしてあるがままの自分を生きることができないことが、メンタルヘルスの問題をつくる根本にあります。あるがままを生きづらくする社会環境を改善し、また周りを恐れなくて生きる自己成長の場づくりに関して討議する大会にしたいと思います。

●プログラム

第 1 部（10：00～12：00）

10：00～ポスター発表

12：00～昼食・休憩

13：00～13：30 学会総会

第 2 部（13：40～16：30）シンポジウム

「あるがままの自分を見出す、見出せる社会」

（司会） 宗像 恒次（情動認知行動療法研究所 筑波大学名誉教授）

シンポジスト

1. 池田 和央氏

ひきこもりとうつ病を体験し、それを乗り越えた元サラリーマン。現在、「あのれんファーム」という農場を経営。どのようにしてひきこもりやうつ病になったのか。そしてどうやってそれらを乗り越えたのか。あるがままの状態を語ってもらう。「あるがままの自分とは」「あるがままの自分を肯定できる社会とは？」のテーマに向き合う。

2. 天方 真帆氏

東京メンタルヘルススクエア認定スクエアカウンセラー・こころのほっとライン相談員。知的障害・精神障害の児童生徒・保護者との関わりや、精神疾患の仲間から学んだこと。自身の身体障害を受け入れ、そのままの自分を活かして生きていくこと。これらは「あるがままに生きるうえでの葛藤」そのものでした。それでも明るく生きていく→人生を楽しむとはどんなことか、内側と外側から考えます。

3. 原 ミナ汰氏

"共生社会をつくる"「セクシュアル・マイノリティ支援全国ネットワーク」代表。1956年生。幼少期より持続的な性別違和をもち、思春期に不登校、引きこもりを経験。1984年より日英西の翻訳通訳業の傍ら東京でレズビアン・コミュニティづくりに関わり、87年に「れ組スタジオ・東京」、90年に性的虐待の自助グループ（後のSCSA）を共同結成。性自認は男女のブレンド。

17:30～ 懇親会

- 参加費：1) 一般 4,000 円 会員 3,000 円 学生 2,000 円（学生証のコピーが必要）
2) 懇親会 4,000 円
3) シンポジウムのみ参加 一律 2,000 円

★ ポスター発表の演題募集 ★

抄録については、**10月15日(水)**までに事務局まで提出してください。ポスター発表のスペースは、90cm×180cm（A4用紙で20枚程度貼れるスペース）を予定しています。多くの方の発表をお待ちしております。

なお、円滑な会の運営のため、発表者の方は抄録提出時に**連絡先（電話番号とメールアドレス）**をお知らせください。なお、連絡先については事務連絡用のみに使用します。ご協力のほどよろしくお願いいたします。

< 来年度からの学生会員年会費について >

学会年報の料金が値上がりしたことに伴い、来年度以降の学生会員年会費を2,000円から3,000円に変更することを検討しております。本件については、理事会にて正式に決定次第お知らせします。

● 日本精神保健社会学会奨励賞の制定について ●

このたび第 20 回学術大会を記念して、学会奨励賞を制定することになりました。希望者は事務局へ詳細をお問い合わせの上、選考基準を充たしているようでしたら必要書類を作成し、10 月 25 日(土)までに事務局必着にてご応募ください。

熱風 ～理事たちの現場～ Vol.12

鈴木 裕子（桐生大学医療保健学部看護学科）



私は、大学で保健師・看護師・養護教諭の養成に携わっています。学年を追って、変化していく成長の過程に関わることは、私の学びと喜びにもなる、貴重な体験です。

今年も、1年生の初めての実習と、4年生最後の実習に参加しました。臨地実習は数日ですが、4年生は実習前から長期に渡って取り組むグループワークから担当します。

1年生は、高校卒業後半年もたたない時期です。病院施設を見学して、働く看護師さんについて回り、最後に連携への認識を深められるよう計画されています。五感を通して、内面で多くのことを感じています。しかし、上手く表現できないことも多いために、学生の反応があまりに無いと、説明している看護師さんが不安になるようです。そこで、私たち教員が学生の緊張をほぐし、看護師さんと学生の間で、言ってみれば通訳の役割をします。1年生との対話では、言葉での表現、また表情などに現れる内面的な動きから、教員も新鮮で新しい発見をさせてもらえます。お互いに可能性に溢れた作業です。

4年生は、最後の総仕上げで、チーム連携に着目します。関わる中で、印象に残る出来事がありました。グループリーダーの学生が、最初は自信が無いと、今にも断りそうなくらい戸惑っていたのが、結果的には、役割を果たし自信を持つことができたのです。実習終了後に、自信を持てた要因を尋ねると、グランドルールを自分たちで決めたことでした。

『間違ってもいいから、思いきってやろう！』と決めてから、「勇気を出して発言できて、落ち着いて話が聞けた。やってみたらメンバーが教えてくれ、発言が苦手だった自分の課題を解決できた」と語りました。また、グループワークへの苦手意識の強い2年生の授業でのことです。グループワークを学ぶ際に、事前にカウンセリングスキルを練習して、批判しないで公平に行うなどのルールを提示すると、感想に“思いを話すことができた”とありました。関係性による影響も大きいようですが、コミュニケーションスキルとグラン

ドルールを取り入れることの効果に手ごたえを感じています。

他に、公衆衛生看護学・家族看護論など担当している科目でも、授業方法をあれこれ工夫しているところです。研究は、労働者のメンタルヘルス研究を継続しながら、これまでの成果を、保健師・看護師・養護教諭等の成長支援にも応用していきたいです。

関連学会情報

～第 33 回日本思春期学会学術大会に参加して～

○山口 豊（東京情報大学） 窪田 辰政（静岡産業大学）

2014 年 8 月 30・31 日の 2 日間、つくば国際会議場にて「第 33 回日本思春期学会学術集会」が開催された。本学会は「思春期男女の健康を守り、健全な発達を促すために、医師や保健師、助産師、看護師、大学・短大・専門学校教員、小中高養護教諭等から構成され、思春期に関する研究、知識の普及および関係事業の発展を図ることを目的とする」学術団体である。

今回の大会は「思春期の健康生成・pathogenesis から salutogenesis へ」を大会テーマとし、思春期世代の諸問題に関わるリスク要因や健康生成要因に焦点を当て、積極的に思春期健康を牽引することを目指した。そこで、研究者・専門家らにより、基調講演、教育講演・シンポジウム・パネルディスカッション及び口頭・ポスターによる一般演題発表が行われ、最新の研究成果が発表された。大会の様子と筆者の口頭発表を報告する。

初日、斎藤環先生（筑波大学）による「健康生成へのパラダイムシフト」として基調講演、内山登紀夫先生（福島大学）による「大人の発達障害」として教育講演がなされた。他に「思春期健康と SOC、避妊や性感染症、妊娠出産、発達障害など」をテーマにいくつかのシンポジウムがなされた。講演・シンポジウムともに、発表者による新たな知見や真摯な研究姿勢、熱意が参加者の感銘を呼び、素晴らしい発表となった。

一般演題では「月経関連」「性意識」「性行動」「性教育」「思春期疾患」「犯罪・暴力」「不登校・学校問題」「メンタルヘルス」「健康教育」など 10 のテーマにしたがい、数多くの口頭・ポスターが発表された。筆者は「メンタルヘルス」部門において「思春期『健康を害する行為』と心理特性との関連について一喫煙・飲酒・ダイエット・過食嘔吐・過量服薬・自傷行為」と題し発表した。各「健康を害する行為」経験者は、未経験者に比べ、心理特性に課題を抱えていることが推察された。また、特に「過量服薬」「自傷行為」の経験者は、他の「健康を害する行為」の経験者に比べ、心理的課題がより深刻であることも視推察された。本発表に対し、参加者からは「健康を害する行為」と心理特性との関連が分かりやすかったなどの肯定的意見をいただいた。

全般的に、本大会への参加を通して、思春期における問題行動の多面的側面の把握とその対処に関する新たな知見を得ることができ、有意義な大会となった。

第 57 回 東海学校保健学会総会に参加して

神田 玲奈¹⁾，山本 章²⁾，初見 奈緒子³⁾，窪田 辰政³⁾

(¹⁾ 筑波大学，²⁾ 常葉大学，³⁾ 静岡産業大学)

2014 年 9 月 6 日に、愛知教育大学にて「第 57 回東海学校保健学会総会」が開催された。本学会は、「学校保健に関する研究とその普及・発展を図る」ことを目的とし、東海地方の学校保健の推進や児童生徒学会及び教職員の健康の保持・増進に学術的な側面から貢献する」学術団体である。

今回の学会では、近年の学校保健管理を取り巻く環境が大きく変化したこと、慢性疾患や発達障害を抱える生徒への支援に関して関心がより集められていることを踏まえて、「生涯健康の基礎を築く学校保健活動」をテーマに、各大学の研究者や専門家による口演や展示が行われた。

本総会では、我々が発表を行った一般口演のほかにも、特別口演が行われた。それらの特別口演では、西村悟子氏(岐阜大学大学院医学系研究科(寄付講座)障がい児者医療学講座准教授)による「発達障がい児の理解と支援」、金子英雄氏(国立病院機構長良医療センター小児科臨床研究部長)による学校における「食物アレルギー対応—アナフィラキシーへの対応も含めて—」、さらに、教育講演では加納正嗣氏(羽鳥市民病院 小児科部長)による「学校検尿の重要性と管理について」、そして時事口演では中田直助氏(NPO 法人いまから理事長とよはし若者サポートステーション総括コーディネーター)による「引きこもり支援 18 年の経験から」というテーマでご講演をいただいた。どの口演も現代の学校教育の現場で必要とされているサポートや、健康教育の必要性を実感させるものであり、非常に有意義な口演であった。

我々が発表を行った一般口演では、大まかに 4 つのセッションに分けさらにそのセッションを 4 から 5 組に分けて発表を行った。

我々は窪田らと共に、「女子中学生の身体活動量の増加を促す SAT 教育プログラムの開発」という発表を行った。本研究は、女子中学生に対し SAT 法という自己カウンセリングシートなどを利用した行動変容技法による教育介入を実施し、その効果を検証したものである。結果、SAT 法を活用した本教育プログラムは、対象者の扁桃体興奮を抑制し、「感じ方」を変えてから「考え方」や「行動」を変化させることで、対象者に本来の自分らしさという気づきをもたらし、問題解決能力を向上させ、自分を信じ周りを愛するという自己報酬型の自己への行動変容を支援するものであることがわかった。これは、身体活動に対する自己効力感が高まることでゆとりが生まれ、日々の身体活動量も増加し、ストレス反応を低下させたと推察される。この発表により、教育現場における心理的なサポートから運動を促すことの重要性を参加者に表明することができた。

本学会への参加は、教育における様々な障がいに関する理解とサポートの必要性を感じることができたという点で、非常に意義のあるものであった。