

# 日本健康心理学会メールマガジン No.40



2015年11月24日 第40号

## Contents

- 1) 学会からのお知らせ
- 2) 健康心理学コラムvol.35 桜美林大学 山口創先生

### 1) 学会からのお知らせ <http://jahp.wdc.jp.com/>

■日本心理学諸学会連合からの報告：公認心理師教育カリキュラム案について（学会事務局より）

平成27年10月31日に三団体会談（日本心理学諸学会連合、臨床心理職国家資格推進連絡協議会および医療心理師国家資格制度推進協議会）が開催されました。

公認心理師法の成立・公布を受け、日本心理学諸学会連合と臨床心理職国家資格推進連絡協議会のカリキュラム案を検討し、三団体会談による「公認心理師教育カリキュラム案」として取りまとめが行われました。

詳しくは添付ファイルをご覧ください。

（添付のファイル：公認心理師カリキュラム案）

■日本健康心理学会第29回大会（岡山）に向けて一岡山の魅力／岡山後楽園一（第29回大会準備委員会より）

今回は、後楽園をご紹介します。

後楽園は、今から約300年前に岡山藩2代藩主池田綱政が藩主のやすらぎの場として作らせた庭園であり、現在では日本三名園のひとつとされています。

網政時代には、藩主の居間延養亭（えんようてい）や園内に点在する建物の座敷から眺望を楽しむという要素の強い庭だったようですが、江戸時代の後楽園は許しがあれば領民も入ることができたそうです。

明治4年（1871）に「御後園」を「後楽園」と改称し、17年には名園保存を目的に池田家から岡山県に譲渡されました。

昭和9年（1934）の水害、20年の戦災に遭いましたが、江戸時代の絵図等をもとに復旧され、江戸時代の姿を大きく変えることなく受け継がれています。

大正11年に名勝に指定、昭和27年には文化財保護法による特別名勝に指定されています。

2016年度の年次大会は岡山大学で開催されます。

岡山市が運用している公共共有自転車『ももちやり』をお使いになれば、会場から15分程度です。

是非、足を運んでみられてはいかがでしょうか。

岡山後楽園：<http://www.okayama-korakuen.jp>

岡山コミュニティサイクル『ももちやり』：<http://okayama-ccs.jp/>

第29回大会URL：<http://jahp.wdc.jp.com/conf/29th/>

### 2) 健康心理学コラムvol.35

「『触れる』ケアの可能性～子どもから高齢者まで」

（桜美林大学リハビリアート学群心理・教育専攻プログラム 山口創先生）

少子高齢化が進む日本では、保育や教育、医療、福祉など様々な分野で効率化が最優先されています。

しかしどれほどシステムが効率化されても、子どもは人の手で手塩にかけて育てる必要があり、病人も高齢者も、人の手で直接的に看護や介護されなければ、人は尊厳を保つことはできないでしょう。

そのような問題意識から、私は「触れる」ケアについて研究してきました。

実際、さまざまな問題を抱える人にただしっかりと触れるだけで症状や苦悩が劇的に軽くなる様を見てきました。

触れるケアは、相手の不安、不快、不穏などの症状から「不」を拭い去り、ポジティブなものに変える働きがあります。

最近筆者は、その変化のメカニズムとして、オキシトシンの研究もしています。

オキシトシンは、親密な人とのハグや触れ合いによって分泌され、互いの信頼や親子の絆を強めます。

さらにストレスに対する心臓血管系の働きを抑制し、痛みを軽減する働きもあります。

健康心理学の観点からも注目したいテーマです。

次に今後の活動についてです。

自閉症スペクトラム障害児・者は脳内オキシトシンが少ないため、親が毎日タッチケアをすることで症状が軽減する効果を検証しています。

また認知症の周辺症状の緩和にもタッチングは一役買っており、その効果も検証中です。

さらに心と体を一としてみる、身体心理学やソマティック心理学を健康心理学にも広めたいと考えています。

これからの日本にとって「子どもから高齢者まで」、「誰でも」、「いつでも」、「無料で」できる健康に役立つケアは、今後ますます大切な時代になってくるでしょう。

日本健康心理学会広報委員会

<http://jahp-public.blogspot.jp/>

メールマガジンの配信停止、アドレス変更については下記アドレスまで。日本健康心理学会事務局 <jahp-post@bunken.co.jp>

メールマガジンへのご意見・ご感想については下記アドレスまで。広報委員会 <jahp-ML@bunken.co.jp>

過去のメールマガジンは、こちらからご覧いただけます

<http://jahp.wdc.jp.com/health/health1.html>