

## Contents

- 1) 学会からのお知らせ
- 2) 健康心理学コラム vol. 47 大分大学 脇幸子先生

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

## ■記念出版テキスト第1巻発行のお知らせ(記念出版委員会より)

「保健と健康の心理学 標準テキスト」第1巻の「保健と健康の心理学 ポジティブヘルスの実現」(日本健康心理学会 企画/島井哲志 監修/大竹恵子 編著)が刊行されます。

第一線で活躍する執筆陣による健康心理学の概論テキストです。心身の健康や死生観をも含む幸福とポジティブヘルスの実現を目指すものです。

第1巻 <http://www.nakanishiya.co.jp/book/b253021.html>

第2巻 <http://www.nakanishiya.co.jp/book/b243466.html>

お問い合わせは、[order@nakanishiya.co.jp](mailto:order@nakanishiya.co.jp) まで。

## ■第29回大会(岡山大会)参加のお礼

11/19、20に岡山大学で開催されました第29回大会につきまして、会員・非会員を含め400名以上の方々にご参加いただきました。ありがとうございました。

前日のプレ企画、ヤングサイコジストの会主催のシンポジウムにも多数の若手会員が集い、また、懇親会におきましてもおよそ100名の皆様方にご参加いただきました。

大会全体を通して、運営の未熟さにより行き届かぬ点も多々あったかと存じます。

何とぞご容赦いただければと存じます。

さて、次回第30回大会は記念大会となり、明治大学での開催となります。

来年、皆様方とお会いできることを、準備委員一同、心より楽しみにしております。

最後になりましたが、開催にあたりご協力いただきました各方面の皆様方に、改めて感謝申し上げます。

ありがとうございました。

第29回大会 準備委員一同

## ■日本健康心理学会30回記念大会 挨拶

2017年度の大会は、日本健康心理学会創設30周年の節目にあたる記念大会として、9月2日(土)・3日(日)の2日間、明治大学駿河台キャンパス・アカデミーコモンで行われます。

東京都心に位置し、交通も宿泊も飲食事情も便利な立地です。大会テーマは「健康心理学の社会貢献、そしてさらなる挑戦」です。

これまでの社会貢献を検証するとともに、さらに貢献できる分野を新たに開拓していく契機となる大会にしたいと思います。

大会テーマにふさわしい意欲的で独創的な企画をたくさんお寄せください。

多くの会員の皆様にご参加くださいますよう、お願い申し上げます。

第30回記念大会準備委員長 明治大学文学部教授 岡安孝弘

\*大会ポスターを添付しましたので、ご覧ください。

## 2) 健康心理学コラム Vol. 47

「糖尿病をもつ人のセルフケア自己評価支援の可能性」  
脇幸子 (大分大学 医学部)

糖尿病患者の治療は食事・運動・薬物療法が中心となりますが、単に治療をすればよいということだけでなく、どの治療をとってもその人自身のセルフケアが必要です。

加えて、患者は長期にわたってセルフケアを自分の生活の中で行わなければならないため、日々自分のセルフケア状況を評価し、効果を実感したり、自分の生活に合わせて調整方法を工夫していくことなどが継続してセルフケアを行う上で重要です。

しかし、現在は、セルフケア方法の習得を目指した知識提供や行動変容のための教育が中心で、患者がよりよく自己のセルフケア状況を評価し、次の実行へつなげるための支援にはあまり目が向けられていないように思います。

これまでの研究から、知識を獲得するだけでは、病気を自分らしく、自己管理する原動力は得られず、セルフケアの自己評価を促すことがセルフケア能力を高め、有用であると考えています。

## ◇◆◇セルフケア自己評価を促す支援に向けて大切な視点◇◆◇

◇糖尿病をもつ人が安心して自分を見つめなおせる信頼関係を築く

◆自己評価を促す支援の中で語られる糖尿病である自分への思いや感情をありのままに受け止める

◇二の足を踏んでいる状況を受けとめつつ、糖尿病をもつ人の強みやこれまでの努力にも目を向けられるフィードバックを行う

◆客観視できる状況が整えば、糖尿病をもつ人の自己評価を基盤に、原因探索をその人と一緒に行う

◇自己決定による糖尿病をもつ人の一歩を大切に

これらのことを糖尿病患者と一緒に進行プロセスが、患者の自己決定を促し、主体的なセルフケアを支えることとなります。

今後は、糖尿病患者の生きる力と援助者の支援力を高めるための相互作用の場をどのように確保し、実践していくかを検討することが課題です。

末尾になりましたが、熊本・大分地震を体験し、被災された糖尿病患者の苦難を目の当たりにする中でセルフケアに根差した支援体制の充実を痛感しました。

また、健康心理学会からも励ましのメールをいただき大変感謝しております。

私たちの研究が人々がより健康に生きることへの貢献につながるように地道に探究を続けなくてはならないと痛感します。

-----

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](mailto:jahp-post@bunken.co.jp) >

メールマガジンへのご意見・ご感想は下記アドレスまで

広報委員会 < [jahp-ML@bunken.co.jp](mailto: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>