

# 日本健康心理学会メールマガジン No.31



2015年2月20日 第31号

## Contents

- 1) 学会からのお知らせ
- 2) 健康心理学コラムvol.26 山口大学 上地 広昭先生

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

#### ■第3期代議員（社員）選挙

2月23日を公示日として第3期代議員（社員）選挙が実施されます。

日本健康心理学会では、一般社団法人化に伴い、4年に一度代議員が選ばれ、さらに、その4年を2年ごとに、代議員の中から理事が選ばれる仕組みになっています。

代議員選挙は、本学会の将来を決める大事な選挙です。

会員の皆様は、ぜひ投票くださいますようお願いいたします。

#### ■子どもと大人の発達支援研究部会 2015年度研究集会開催のお知らせ

上記研究集会が2015年2月28日（土）18時（開場）～20時に開催されます。

<http://jahp.wdc-jp.com/doc/20150228.pdf>

#### ■第6回アジア健康心理学会議@パシフィコ横浜 シンポジウムの公募

ACHP2016は日本健康心理学会がホストになり、2016年7月23～24日に開催されます。

会員の皆様からもシンポジウム（1.5時間）を公募中です。応募頂いた内容は準備委員会で検討させていただきます。

□提出内容等：シンポジウムのテーマ、話題提供予定者（日本人を含む3名）、

指定討論予定者、概要(200-300字)、締め切り：3月22日（土）

□問合せ・提出先：ACHP2016大会長・準備委員会委員長 野口京子 [kyokojihp@aol.com](mailto:kyokojihp@aol.com)

#### ■学会の紹介パンフレットのPDFです。

冊子版は好評につき在庫が全てなくなりましたが、PDF版は自由にご使用いただけます。

学会に関心を持ってくださる方への広報にご使用ください。

<http://jahp.wdc-jp.com/pdf/panf.pdf>

### 2) 健康心理学コラムvol.26

「面白き事も無き世をおもしろく すみなすものはゲームなりけり」

（山口大学教育学部 上地 広昭 先生）

小学生の頃、クラスの掃除の時間に誰が一番早く雑巾をかけられるかを級友といつも競っていました。どんなにつまらないことでもゲーム（遊び）にすると途端に面白くなる。人間はホモ・ルーデンスなのだと改めて実感させられる思い出です。

私事ですが、現在、情報通信技術（ICT）を活用した健康増進プログラムの開発を行っています。特に、参加者を長期・自

律的にプログラムに取り組ませるためにはどのようにすればよいかに興味を持っています。

現在考えているのは、プログラムの中にゲームの要素を取り入れることです。

ゲームの要素やデザインを、ゲーム以外の分野（教育、ビジネス、社会活動）に応用することを「ゲーミフィケーション（Gamification）」と呼びます。

たとえば、お店でよくみられる、ポイントを溜めると景品と交換できるシステムや、買い物した額に応じて会員ランクがゴールド会員などに昇格するシステムはゲーミフィケーションの代表例といえます。

「ゲーム」と聞くと情報工学や電子工学の分野をイメージしますが、実は、このゲーミフィケーションの理論的背景はデシ&ライアンの唱えた自己決定理論であり、われわれ心理学者にとっても非常に馴染みの深い領域なのです。

自ら楽しく行動してもらうために、参加者の自律性、有能感、および関係性の三つの欲求を刺激する仕掛けを施すことがゲーミフィケーションの基本原理です。

ややもすると説教臭くなりがちな健康教育において、ゲーミフィケーションは程よいスパイスとして著効をもたらす可能性を秘めています。

おすすめ書籍：ワーバック・K & ハンター・D 2013

ウォートン・スクール

ゲーミフィケーション集中講義。阪急コミュニケーションズ。

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](mailto: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](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>