

ムーブメント 2021 年度本明記念賞の 選考経過と講評

本明記念賞選考委員長・文教大学 大木桃代



本年度の本明記念賞は、機関誌“Journal of Health Psychology Research”Vol.33 (No.1, No.2) に掲載された原著論文7編を対象として選考されました。

まず1次選考として、選考委員の投票によって審査が行われ、受賞候補論文が以下の3編に絞られました。①竹中晃二先生他2名による「イフ・ゼン・プランを用いたメンタルヘルス・プロモーション活動の行動変容介入—準実験的研究—」、②佐藤秀樹先生他1名による「反すうによる注意の範囲の差異—思考内容の感情価と思考時間からの検討—」、③竹澤緑先生他4名による「アルコール刺激に対する注意バイアスの低減操作が衝動的行動に及ぼす影響—飲酒行動の機能の差異を考慮した検討—」(掲載順)。

次に、この3編の論文を対象として2次選考が行われました。審査の観点は従来と同様、①論文展開の論理性、研究の方法・技術の独創性、②成果の学会・学界への貢献、③成果の健康心理・教育・保健・福祉実践への寄与、の3点です。15名の選考委員が各観点100点満点、合計300点満点で評価し、それに基づいて慎重に選考いたしました。いずれも健康心理学への貢献が大きな優れた内容の論文でしたが、全員の総合評価が最も高かった、竹中晃二先生・上地広昭先生・吉田椋先生3名の共著による「イフ・ゼン・プランを用いたメンタルヘルス・

プロモーション活動の行動変容介入—準実験的研究—」(Vol.33, No.2, 67-79)が受賞論文として推薦され、理事会において承認されました。

本研究は、職域におけるメンタルヘルスの改善および向上を目的として、筆者らが長年取り組んできた心の健康増進活動を実践し、その効果について多角的に検討した介入研究です。メンタルヘルス・プロモーション活動の習慣化の促進のために、イフ・ゼン・プランという新たな介入法を導入した点、また職域全体の健常者を対象とした予防的効果を検討している点、量的・質的両方の方法を用いて多面的に検討している点、研究デザインや考察の論理的展開などが高く評価されました。中でも観点③の評価が特に高く、今後の臨床現場における実践・応用が強く期待されています。一方で、具体的なアウトカムの不明確さや、健康状態に影響する行動変化について扱われていない点、イフ部分とゼン部分の内容の吟味、長期間の効果の影響過程などについては、今後の検討課題として指摘されました。この指摘を踏まえ、さらなる発展が期待されます。

本賞は2018年度より年齢制限が撤廃されており、来年度も若手研究者をはじめ多くの会員の皆様には、積極的に研究成果をご投稿下さいますようお願い申し上げます。

適応的な目標追求とは？



筑波大学 外山美樹

1. はじめに

近年、目標達成の規定因として「グリット (grit)」が注目を浴びている。グリットとは、困難や失敗にもかかわらず、長期目標に対して情熱と粘り強さをもって取り組む非認知的特性のことである (Duckworth, Peterson, Matthews, & Kelly, 2007)。このグリットが、人生のさまざまな局面でパフォーマンスに好影響を及ぼすことが示されている。

しかし、どんなに不撓不屈の精神で目標を追求しても、生物学的、社会構造的な要因などによって、目標は達成されとは限らない。では、目標を達成することが困難な場合であっても、諦めずに目標を追求することが果たして適応的なのだろうか。

このような問いを持ち、最近の私は、達成することが困難な目標に直面した時に、人はどのような行動をとるのか、また、それが人の well-being にどのような影響を及ぼすのかについての研究を行っている。

2. 人は困難な目標にどう対処すべきか？

外山・長峯 (2022) は、目標達成が困難な状況に陥った際の目標追求行動として、目標の達成にエネルギーを費やすことをやめる「目標断念」、当該目標を断念し、新たな目標を設定する「目標の内容の調整」、目標達成の水準を下げる「目標の水準の調整」、目標達成の方略を変える「目標達成方略の調整」ならびに目標の達成にエネルギーを費やし続ける「目標継続」の5つを取りあげ、それら5つの目標追求行動が well-being に及ぼす影響について検討した。その結果、達成が困難な目標に対して、目標を断念することは well-being を阻害する一方で、目標を断念した後に、その目標とは異なった新たな目標へと関与する「目標の内容の調整」は、well-being につながることを示された。このように、

目標を単に断念した状態は well-being にネガティブな影響を及ぼすが、達成できない目標を断念した後に、新たな目標へ関与することの適応性が示されている。また、外山・長峯 (2022) は、目標の達成が困難になった時に、がむしゃらに目標達成にエネルギーを費やし続ける「目標継続」は、抑うつにつながりやすいことも併せて報告しており、達成困難な目標にいつまでも固執することの不適応性を示している。

3. 楽観性の高い人の目標追求の仕方

適応的な人たちがどのように目標を追求するのかという観点からも、適応的な目標追求について捉えることができる。そこで私は、楽観性の高い人に焦点を当てた研究を行っている。というのは、“困難な状況に陥っても重篤な精神病理的な状態にはならない、あるいは回復できる心理的特性”と定義されるレジリエンスの構成概念の一つとして楽観性が取りあげられることも多く、楽観性は、適応的なパーソナリティ特性の代表と考えられているからである。

楽観性がなぜ適応や well-being と結びつくのかについての知見が積み重ねられていく中で、楽観性には以下の3つの特徴があると考えられている。

(1) 変えることのできるものについて、それを変えることのできる勇氣

楽観性の高い人は、状況が統制可能であると認知した時に、積極的にその目標に取り組むことができる。楽観性の高い人は、目標達成を妨害するようなストレスフルな事態に陥っても、その目標を達成することができるため、期待するため、接近型のコーピングを用いて目標に立ち向かう (Carver & Scheier, 2002)。このように、楽観性の高い人は、目標に積極的に関与し努力をするので、結果として、目標へ

の達成につながりやすいと考えられている。

(2) 変えることのできないものについて、それを受け入れるだけの平穩さ

楽観性の高い人は、状況が統制不可能であると認知した場合には、現実を受け入れる傾向が高く、問題を解決する努力からは解放され、感情を管理するコーピングを使用する (Scheier, Weintraub, & Carver, 1986)。外山(未発表)も、楽観性の高い人は、達成が困難な目標に対しては、その目標に固執することなく現在の達成水準を許容し、達成できない目標から解放されやすいことを示している。

このように、楽観性の高い人は、統制不可能な目標や達成困難な目標に対しては、いつまでもその目標に固執するのではなく、現状を受容することができるものと考えられている。

(3) 変えることのできるものと変えることのできないものとを識別する知恵

楽観性の高い人は、文脈に応じて認知処理や行動を調節することができる柔軟性に優れており、効率的に目標を追求することが指摘されている (Bouchard, Carver, Mens, & Scheier, 2018; 外山, 2020)。たとえば、楽観性の高い人は重要な目標に対しては時間と労力を最大限に注ぐ一方で、些細な目標には適度に取り組む。Geers, Wellman, & Lassiter (2009) や外山 (2014) は、楽観性の高い人は、自身にとって優先順位が高いと考える目標においては、それに積極的に関与し、その結果、目標を達成する可能性が高いが、優先順位が低い目標においては、そのような傾向は見られないことを実証している。

4. おわりに

常に目標へ積極的に関与、固執することが、必ずしも適応的な結果へとつながるわけではない。言うまでもなく、時間と努力は有限なものである。個人が抱える目標は複数あることが常であるため、ある目標への追求を一時的に差し控えたり、あるいはその目標から離れたりすることが時には適応的に働くこともある。それは、達成することが困難な目標に直面した際に顕著となる。楽観性の高い人が適応的である真の理由は、粘り強く目標に取り組む点にあるのではなく、粘り強く目標に取り組む時と、目標から解放される時の使い分け、すなわち、目標追求を柔軟に調整している点にあると考えられる。

目標の調整は自己調整の適応的な戦略であり (Heckhausen, Wrosch, & Schulz, 2019)、人々がより良い人生を歩むために有益である。近年、グリットを伸長させる介入プログラムが実施されているが、粘り強い目標追求と同じくらい、あるいはそれ以上に目標を調整することを促進させるような介入も重要になってくるのではないだろうか。

主な引用文献

- 外山美樹 (2014) 特性的楽観・悲観性が出来事の重要性を調整変数としてコーピング方略に及ぼす影響 心理学研究, 85, 257-265.
- 外山美樹 (2020) 楽観性は適応的なのか?— 下位目標が達成されたときに焦点を当てて— 教育心理学研究, 68, 174-184.
- 外山美樹・長峯聖人 (2022) 人は困難な目標にどう対処すべきか?— 困難な目標への対処方略尺度を作成して— 心理学研究, 92, 印刷中

うつの予防と健康促進： ウェルビーイングを高める介入方法



大分大学 岩野 卓

1. 健康心理学と臨床心理学

健康心理学と臨床心理学には、重なる要素と独自の要素がある。臨床心理学は疾患の治療に重きを置くが、健康心理学は成立早期から疾患予防と健康増進を目的の一つとしている（マタラゾー、1993）。著者の主観も含まれるが、疾患予防と健康増進に関する認識が、臨床心理学との大きな違いのように考えられる。

予防と健康増進は、研究テーマとして容易ではない。疾患の治療は、社会的価値が明瞭である。困っている人がおり、治療する。そこに異議を唱える者は少ないだろう。しかし一次予防やゼロ次予防では、対象者は困っていない。さらに、予防というものは、介入後に「問題が発生していない」状態を目指している。つまり、変化がないことが良しとされる。そのため、実証研究には研究デザイン上も、参加者の動機づけの面からも、臨床心理学ではあまり見られない困難が含まれている。しかしながら、それでもゼロ次予防や健康増進は重要だという意見が結実したのが、ポジティブ心理学だと考えられる。

2. ポジティブ心理学的介入

ポジティブ心理学は、1998年にアメリカ心理学会会長となったセリグマンが提唱した心理学の分野である（Seligman & Csikszentmihalyi, 2000）。彼の問題意識は、第二次世界大戦後の心理学は精神的問題の治療や対策に重点が置かれ過ぎていたことであった。人の持つ強みや、精神的健康におけるポジティブな要素に対する研究をすべきだと述べ、その後、ポジティブな要素を高める介入を総称してポジティブ心理学的介入（Positive Psychological Interventions：PPIs）と呼ばれることになった。

3. ウェルビーイングを高める介入

PPIsのアウトカムは、大きく2つある。1つは抑うつなどのネガティブな要因、もう1つはウェルビーイングなどのポジティブな要因である。前者を低下させ、後者を高めることが目的である。

しかし、ウェルビーイングという概念には注意が必要である。ウェルビーイングと呼ばれる複数の概念や定義があるため、研究上は厳密な定義をした上で、どのような機能の概念なのかを理解する必要がある。疾患予防と健康増進の両面を考えた際に、有用な概念の一つとして心理的ウェルビーイング（Psychological Well-Being：PWB）が挙げられる。なぜPWBが有用かという点、ポジティブ感情の生起頻度に影響し、時間的変動が少なく、かつうつ病の再発予防に効果が報告されているためである。

PWBを高める介入は、うつ病の再発予防において注目された。イタリアを中心にウェルビーイング療法という介入プログラムが開発され、再発予防のエビデンスが報告されている（Fava et al., 1998）。ウェルビーイング療法は、認知行動療法を応用したプログラムである。その後、健常中学生を対象にPWBの促進効果が検証されたが、思うような結果が出なかった。このことは、健康心理学と臨床心理学の違いに直結すると考えられる。すなわち、ハイリスク者に対する二次予防や、疾患治療後の三次予防に関しては効果がある介入が、健常者を対象とするゼロ次予防や健康増進では効果が見られにくいという、健康心理学研究の難しさが現れたとも考えられる。

健康心理学的に、PWBを高める意味は大きい。疾患予防だけでなく、PWB自体が精神的健康の良好さを示す指標になっていることから、健康増進が達成可能となる。また、PWBは人格的成長や積極的な対人関係などを下位概念として含んでいるこ

とから、教育的な観点からも有用と考えられる。そこで、健常者を対象に PWB を高めるための介入を開発することとした(岩野ら, in press)。ウェルビーイング療法を中心に、認知行動療法や PPIs の中で PWB に効果が予想される技法を抽出し、合計 4 回のプログラムを開発し、個別介入を行った結果、PWB が高まり、介入効果が 1 ヶ月後も継続することが明らかとなった。

4. 実践からの示唆

PWB を高める介入を通して、健康心理学の介入研究における難しさを浮き彫りにしたと考えることもできる。何点かこの場を借りて紹介する。

まず、参加者の初期状態が異なる。ベースラインの抑うつ気分や PWB の高さは多様である。PWB が低く、抑うつ気分が強い場合は、うつに対する介入を行う方が好ましいと考えられる。このことから、一律に一次予防をすることの難しさが示された。

次に、PWB の変化にも個人差が大きい。特に、PWB が初期時点で高い場合は、天井効果があるため、介入による効果量が小さかった。反対に、介入前に PWB が低い者ほど効果量が大きかった。このことから、使用するアウトカムによっては、介入効果が検出できない可能性を示唆するものと考えられた。

そして、参加者のモチベーションにも注意が必要とされた。個別介入のため、前日にリマインドメールを送り、無断欠席の場合はメール連絡をするという、非常に細かな対応が出来たため、脱落率は 5.3% に抑えられたが、正直なところ実施者への負担が大きかった。研究協力者が心理学専攻の大学生であり、公募に対して自発的に参加した学生であったことから、比較的興味関心は強かったと考えられるが、それでも週 1 回 4 週間のプログラムを完遂するには工夫が必要である。これが、精神疾患の治療であれば、研究協力者が困っていることから、介入参加のモチベーションが高かったはずである。健康心理学では、研究協力者のモチベーションを高め、魅力を感じさせるような工夫が、介入内容とは別に必要な

ように思われる。

5. 今後の健康心理学への期待

実践研究から示されたように、健康心理学研究におけるゼロ次予防や健康増進には、方法論上の困難さがつきまとう。それでもなお、健康心理学の介入研究には期待されることが多い。それは、疾患が無いことが「幸せ」を意味しないからである。

ウェルビーイングの研究は、QOL 研究の多くがネガティブ要因の少なさしか測定していないという問題から、活性化された経緯がある。ポジティブ心理学や PWB に関する研究も、同種の問題意識から始まった。臨床心理学の学術的・社会的価値は非常に大きい、人間は悩みを解決することだけを目的に生きているわけではない。そう考えると、ポジティブ心理学的な発想を健康心理学にも多く取り入れることで、人間の生活をより豊かにする研究が可能となるように考えられる。

方法論上の問題点を克服し、心理学が社会に貢献するために、健康心理学ができることはまだまだ多いと考えられる。

引用文献

- Fava, G. A., Rafanelli, C., Cazzaro, M., Conti, S., & Grndi, S. (1998). Well-being therapy: A novel psychotherapeutic approach for residual symptoms of affective disorders. *Psychological Medicine*, 28, 475-480.
- 岩野卓・青木俊太郎・宮崎友香・坂野雄二 (in press) 学生に対する認知行動的プログラムが心理的ウェルビーイングに与える効果
doi: <https://doi.org/10.11560/jhpr.170119087>
Journal of Health Psychology Research.
- Seligman, M. E. P. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*. 55, 5-14.
- マタラゾー, J. D. 重久剛 訳 (1993) 健康と行動——心理学と医学の領域での理論と実践の結びつき—— *健康心理学研究*, 6, 33-53.

アルコール刺激に対する注意バイアスの低減操作が衝動的行動に及ぼす影響

早稲田大学大学院人間科学研究科 竹澤 緑

多量飲酒を呈する者に対する治療としては、認知行動療法（CBT）が飲酒行動の低減に対して一定の効果をもつことが明らかにされている（Magill & Ray, 2009）。しかしながら、アルコール刺激を目にした際に衝動的に飲酒をしてしまう者は、治療からのドロップアウトや飲酒の再発が生じやすいことが示されている（Stevens et al., 2014）。このような衝動的飲酒行動に影響を与える要因の1つとして、アルコール刺激から目が離せない状態を指す「注意バイアス」があげられている（Weafer & Fillmore, 2012）。

本稿では CBT における「個人と環境との相互作用」の観点から、注意バイアスが衝動的飲酒行動に及ぼす影響について論じる。

注意バイアスの理論的背景と実証的研究

注意バイアスを行動科学に基づいて整理すると、アルコール刺激（S）に対する注意バイアス（R）によって（先行刺激）、衝動的飲酒（行動）が引き起こされると理解できる。先行研究においては、アルコール使用障害の特徴の1つである「注意バイアス」を変容させる治療が有用であることが指摘されている（Schoenmakers et al., 2010）。しかしながら、実証的な研究に目を向けてみると、注意バイアスの変容による衝動的飲酒行動の低減への効果には、一貫した結果が得られていない現状にある。

飲酒行動の「機能」を考慮した検討

このような知見の不一致に関して、竹澤他（2018）は、オペラント学習に基づく問題（嗜癖）行動の「機能」を踏まえ、注意バイアスが衝動的飲酒行動に及ぼす影響を実証的に検討する必要性を指摘している。問題飲酒行動の維持メカニズムのパターンを理解する「機能」の観点から捉えれば、飲酒行動

の機能（正の強化／負の強化）によって先行刺激が異なるため、必ずしも全ての飲酒者が「注意バイアス」によって衝動的飲酒行動が生じているとは言えない。そのため、注意バイアスの変容のみでは、衝動的飲酒行動の低減には至らない者も存在することが予測される。

そこで、本学会誌に掲載された私たちの研究（竹澤他, 2021）では、多量飲酒を行っている可能性のある者を対象に、飲酒行動の機能の差異を考慮して、注意バイアスの低減操作が衝動的行動の低減に及ぼす影響の検討を行った。その結果、注意バイアスが低減した者ほど、衝動的行動も低減したことが示された。一方で、飲酒行動の機能の差異が注意バイアスと衝動的行動に及ぼす影響は、十分に明らかにされなかった。この結果について、CBT における「個人と環境の相互作用」の観点から整理すると、衝動的行動を「アルコール刺激（S）への反応（R：注意バイアス）」といったミクロの視点（個人）のみで捉えており、当該個人の生活全般といったマクロの視点（環境：生活の質）との相互作用の観点の結果的に不十分であった可能性が考えられる。

「個人と環境との相互作用」の観点から注意バイアスが影響する状態像を実証する必要性

「個人と環境との相互作用」の観点を踏まえると、注意バイアスが生じたとしても（個人）、生活が充実していれば（環境）、衝動的飲酒を選択しない可能性が考えられる。すなわち、注意バイアスによって衝動的飲酒行動が生じやすい臨床像を明らかにするには、注意バイアスの生じやすさのみではなく、生活全般との相互作用を考慮する必要がある。

今後の研究においては、当該個人の生活全般といったマクロの観点を加えることによって、CBT の効果向上の一端に寄与できると考える。

薬剤師である私の「健康心理学」との出会いと歩み

CBT-A 服薬支援研究会 / 国立医薬品食品衛生研究所
薬剤師・専門健康心理士・公認心理師 前田初代



私は人々のお役に立ちたいと思い長年医薬品開発の末端に携っていた。しかしある時骨髄移植チャリティーイベントの一角に設けられた「相談コーナー」で、移植に成功した若い女性が「薬の影響で肌が荒れてしまいこんな顔では恋人などできるはずもないし、もう生きていたくないんです」と消え入りそうな声で訴えているところに遭遇した。相談された医師は「せっかく命が助かったんでしょ…」と励ましていたが、女性の表情が晴れることはなかった。再び命を得た女性が傍目からはそれ程肌が荒れているように見えないのに、自ら命を絶ちたいと考えるほど苦しんでいることに私は衝撃を受けた。そして“薬の影響”というなら、もし薬剤師がこの女性の薬にまつわる苦しみや寄り添った対応や今後の見通しについて納得のいく助言が出来ていたら、彼女はここまで追い詰められずに済んだのでは、という思いが脳裏から離れなくなった。そこで薬剤師が人々の役に立つためには薬を提供するだけではなく、患者のつらい気持ちに寄り添いながら疾病や服薬に関する不安や悩みを支援できるようにならなければ…と思い立ち、患者の心理を学ぶため放送大学に編入した。図書館では今まで縁のなかった書籍や資料を手にした。その中に「健康心理学」という分厚い書籍があり、それは1978年にアメリカ心理学会の第38部会として健康心理学部会が認められた記念に作られた書籍の翻訳だった。読み進むうちにこれこそ私の求めていたものだ！と直感し、日本で初めて「健康心理学科」を発足させた桜美林大学の大学院で、「服薬にまつわる患者の心理」を研究テーマに健康心理学を学んだ。そしてカウンセリングの授業では恩師から「自分の得意とするスキルを2つ持ちなさい」と教わり、私は認知行動療法と交流分析を選んだ。

大学院終了後は「医薬品の安全性情報に関わる仕

事」と「患者からの薬に関する相談に応じる仕事」に就いた。その後も認知行動療法を学びながら患者の相談に応じる経験を重ねているうちに、かつて私が願っていた「患者のつらい気持ちに寄り添いながら、疾病や服薬に関する不安や悩みを支援できる」ようになってきた。そこでこの経験をもとに、同僚の薬剤師2名と薬局薬剤師向けに「認知行動療法のアプローチを用いた患者支援のための研修プログラム」を開発・実施して、一定の効果を得ることができた。現在も薬局や企業などからの依頼に応じて研修を継続している。

私が健康心理学を学んでいた頃、薬剤師には主に対物業務（正確な調剤に正確な情報が伴った医薬品の提供）が求められていたが、現在ではそれに加えて対人業務（服用中の継続的フォローから健康相談まで幅広い対人支援）が求められ、処方箋を持つ患者に限らず周辺住民の心身両面をサポートする役割が期待されている。そこで社会のニーズに合わせて「健康相談対応」や「セルフメディケーション支援」、「認知症の患者とその家族介護者の支援」などさまざまなプログラムの構築も試みている。これらの開発には健康心理学で学んだ健康の増進や疾病の予防・未病に向けた知識やスキルが大変役立っている。今後は薬剤師の専門性を活かして他の医療従事者や介護スタッフなど多職種と連携・協働し、更に幅広い対人支援の実現を目指したいと考えている。



心の声を顕在化させた漫画を用いた研修

日本健康心理学会第34回大会レポート

神奈川大学大学院 人間科学研究科 博士前期課程 毛利知怜

枯れ葉舞う季節となり冬の訪れを感じる中、日本健康心理学会第34回大会が開催されました。当初は対面での開催を予定されていたとのことですが、度重なる新型コロナウイルス感染症感染拡大の波に見舞われたことから、昨年と同様にオンラインでの開催となり、2021年11月15日(月)～2021年11月21日(日)と例年より期間を長めに設け、動画配信と一部ライブ配信を織り交ぜた開催方式となりました。

一般演題としてポスター発表やアーリーキャリアヘルスサイコロジストによる発表をはじめ、田中共子先生による理事長講演、大会準備委員会による特別講演、5つのシンポジウム、ワークショップ、2つの研修会など、興味を惹かれる様々なプログラムで構成されており、有意義な時間を過ごすことができましたように思います。ポスター発表は79件の演題があり、掲示板を利用して質疑応答が行われ、シンポジウムやワークショップでは、話題提供者による活発な意見交換の様子を視聴することができました。大会内容としては、本大会のテーマにもあった

ように、新型コロナウイルス感染症が人々の生活や健康に与える影響に関する話題が多かったように感じました。田中共子先生が理事長講演で仰っていたように、社会の問題を健康心理学の課題として捉え、科学者・実践家モデルを軸とした研究活動を行い、心理職として社会にどのように貢献できるか考え直す、今はまさにその時期に来ているのではないかと考えさせられる内容でした。

大会委員長である大森美香先生のご挨拶にもありましたが、オンライン方式が浸透した昨年に比べて、今年はオンラインというものにやや不自由さを感じるようになった気がします。懇親会での交流やフロアでの意見交換など、対面での交流でしか得られない温かさに来年は触れたいという思いも持ちました。

最後になりましたが、本大会の開催へ向けてご尽力された準備委員の皆様へ深く感謝いたします。第35回大会は仙台での開催となっております。来年皆様に対面でお会いできることを楽しみにしております。

Health Psychologist 2021.11 ヘルス・サイコロジスト NO. 86

発行	2021年11月30日
編集・発行	日本健康心理学会
本部事務局	日本健康心理学会本部事務局 〒103-0013 東京都中央区日本橋人形町1-6-10 ユニコム人形町ビル4階 (株)プロアクティブ内
TEL	078-332-3703
FAX	078-332-2506
ホームページ	https://kenkoshinri.jp/index.html
制作	(株)プロアクティブ

新入会員の募集 一多くの方にお勧めください

日本健康心理学会は、現在約1,500名の会員で構成され、毎月さまざまな方から入会のお申し込みをいただいております。本学会は、専門の研究者—心理学、医学、教育学、社会福祉学、看護学、栄養学、体育学、公衆衛生学、生物学などの領域—はもちろん、健康心理学、すなわち心と体の健康問題に関係のある仕事をしている方々も入会できます。企業や小中高校の先生方も入会しておられます。

入会されますと、年次大会(年一回)、セミナー、研究会への参加ができ、ニューズレター「ヘルス・サイコロジスト」(電子版)および学会機関誌「Journal of Health Psychology Research」(電子版)の閲覧ができます。入会金3,000円、年会費7,000円です。

入会ご希望の方には、左記ホームページへのアクセスをお勧めください。
(機関誌の原稿募集中)

「Journal of Health Psychology Research」の原稿(和文・英文)を随時募集しています。学会ホームページの電子投稿システムより、ご投稿ください。