

2022年9月26日発行

Contents

- 1) 学会からのお知らせ
- 2) 健康心理学コラム vol. 117 「仕組みから解決策を考える」 小川 景子 (広島大学)

1) 学会からのお知らせ (<https://kenkoshimi.jp/>)

■日本健康心理学会第35回大会の開催について (第35回大会事務局より)

会期: 2022年11月19日(土)・11月20日(日)

会場: 東北学院大学土樋キャンパス ホーイ記念館 (〒980-8511 仙台市青葉区土樋1丁目3-1)

大会テーマ: 「あたりまえ」を問い直す—well-being 再考—

準備委員長: 堀毛 裕子 (東北学院大学)

【大会 Web ページ】

<https://conference.wdc-jp.com/jahp/35th/>

【Important dates】

事前参加受付締切 9月30日(金)

大会参加費払込受付締切 10月7日(金)

「仙台へのいざない」シリーズ第2号は下記 URL からご覧ください。
https://conference.wdc-jp.com/jahp/35th/common/doc/JAHP35_news02.pdf

■国際学術雑誌投稿支援制度のご案内 (研究推進委員会より)

研究推進委員会では、特定の健康心理学関連の国際学術雑誌への投稿支援を行なっております。2022年度は、2022年9月1日から2023年3月31日までに先着2名まで募集いたします。

支援金: 修正投稿用の英文校正料5万円, 掲載時の奨励金5万円

申請方法: 随時受け付けておりますので、学会ウェブページ (<https://kenkoshimi.jp/support/index.html>) をご参照ください。

■研究部会制度のご案内 (研究推進委員会より)

研究推進委員会では、健康心理学領域における研究の発展のため、研究部会制度を設けております。学会が認める研究部会として、共同研究の実施などが行なえるほか、研究部会競争的資金獲得支援制度の申請が可能となります。

申請方法: 随時受け付けておりますので、学会ウェブページ (<https://kenkoshimi.jp/support/index.html>) をご参照ください。

■研究部会競争的資金獲得支援制度 (研究推進委員会より)

研究推進委員会では、研究部会に属し、競争的研究資金を新規に申請する予定である代表研究者を対象に、準備資金 (20万円以下) を支給する支援を行なっております。募集期間は、毎年1月1日から7月31日とし、採択は先着3件までとします (2023年度は、2023年1月1日から申請を受け付けます)。

申請方法: 詳しくは学会ウェブページ

(<https://kenkoshimi.jp/support/index.html>) をご参照ください。

■第129・130回研修会のご案内 (研修委員会より)

第35回大会時とは、129・130回研修会を開催いたします。

2022年度は「地域の中で活かす健康心理学」をテーマに、129回は「新しい日常」における地域高齢者の健康づくり」渡辺紀子先生 (日本心理研修センター)、130回は「ポジティブな地域づくり—なぜ、ポジティブ心理学は公衆衛生を重視するの—」島井哲志先生 (関西福祉科学大学) にご講演いただく予定です。

開催日時、事前申し込み受付等の詳細は、決定次第にご案内いたします。研修会サイト (<https://kenkoshimi.jp/kensyu/kensyu2.html>) をご確認ください。

一般の方も申し込み可能ですので、お知り合いの方へお声掛けください。多数の皆様のご参加をお待ちしております

■ヨーロッパ健康心理学会 Practical Health Psychology blog (PHPB, 実践健康心理学ブログ) の9月記事のお知らせ (国際委員会)

“Make or break: the importance of breaks in healthcare.”の日本語記事「休まなければダウンする: ヘルスケアにおける休憩の重要性」が掲載されています。下記 URL よりご覧ください。

<https://practicalhealthpsychology.com/ja/2022/08/make-or-break-the-importance-of-breaks-in-healthcare/>

※ブラウザによっては開けない場合があります。その際にはお手数ですが、別のブラウザにてお試しください。

■Journal of Health Psychology Research の Vol. 35, No. 1 が J-STAGE にて公開されています

掲載論文は、下記 URL からもご覧いただけます (閲覧には購読者番号とパスワードが必要です)。

<https://www.jstage.jst.go.jp/browse/jhpr/list-char/ja>

*購読者番号およびパスワードは、下記の会員専用ページでご確認いただけます。

https://www.mmb-sys.jp/pacmmb/index/jahp/enter_page.aspx

<原著>

- ・Natsuki Abe (他) Examination of the determinants affecting over-adaptation.
- ・近藤 孝司 心理職のバーンアウト進行と、退職・仕事離脱に至るプロセス—バーンアウトを経験した初心の心理職を対象とした質的研究—
- ・浦田 裕美 (他) 養護教諭向け自殺予防ゲートキーパー研修プログラムの効果評価の試み。

<資料>

- ・本間 拓人 (他) 動物型セラピーロボットとの交流による注意機能・感情制御・レジリエンスへの影響。
- ・増田 真也 (他) テキストマイニングによる集中治療室入室児の親の不安の検討。
- ・石川 遥至 (他) COVID-19 の感染拡大下における大学生の精神的健康とマインドフルネスの調整効果——生活の変化と現状に着目して——。
- ・中井 (松尾) 和弥 (他) 日本人において小児期逆境経験が喫煙・飲酒・身体疾患・自殺企図に及ぼす影響。
- ・樋口 匡貴 (他) 東京都居住者における新型コロナウイルス感染症の予防行動およびその関連要因の変遷——第1回緊急事態宣言および第2回緊急事態宣言期間中を中心とした検討——。
- ・坂本 真士 (他) 対人過敏傾向・自己優先志向は勤務時間中—時間外による心身の調子の変化と関連するか。

<事例研究>

・竹中 晃二 (他) フォーマティブ・リサーチに基づく健康づくり資料
の開発—夫婦でスモールチェンジ健康づくり—

2) 健康心理学コラム Vol. 117

「仕組みから解決策を考える」

小川 景子 (広島大学)

私の専門分野は精神 (心理) 生理学であり、生理指標 (特に事象関連電位) を使ってヒトの認知活動や睡眠の機能を検討しています。事象関連電位は時間分解能が高く、刺激呈示後 1 秒以内の脳活動を時系列的に検討することができます。最近では、得られた脳活動 (こころの仕組み) をもとに、こころや行動の問題に対する解決策が提案できないか考えています。

排斥 (仲間外れ) 研究では、排斥されて心の痛みが生じて、その後、受容されれば心の痛みは回復するという知見があります (Tang & Richardson, 2013)。しかし、誰もが回復できるわけではなく、事象関連電位を用いた伊崎他 (2017) の研究では、低自尊心者は受容状況に注意が向きにくく回復が困難であることが分かりました。この結果から低自尊心者でも、受容状況に注意が向けば回復可能なのではないかと、いう解決策も同時こみえてきました。

睡眠中にも事象関連電位など脳活動を測定することで、外界とのやり取りや夢などの認知活動の仕組みが検討可能になります。今日、睡眠中には身体の疲労回復だけでなく、情動調整や記憶固定の促進も行われていることが分かっています (堀, 2008)。つまり、よい眠りがとれればこれらの機能を促進できる、ということになります。こころや行動の問題はすぐには解決できないことも多いですが、仕組みや困ったときの解決策が、ある程度示されている睡眠を使えば心身の健康がよくなるのではないかと期待しています。

伊崎 翼・浦 光博・小川 景子 (2017). 社会的排斥からの回復に対する特性自尊心の影響: サバーボール課題を用いた ERP 研究. 生理心理学と精神生理学, 35 (3): 181-191.

堀 忠雄 (編) (2008). 睡眠心理学. 北大路書房.

Tang, H. H., & Richardson, R. (2013). Reversing the negative psychological sequelae of exclusion: inclusion is ameliorative but not protective against the aversive consequences of exclusion. *Emotion*, 13(1), 139-150.

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@pac.ne.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@pac.ne.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

<https://kenkoshimi.jp/health/health1.html#mailmaglist>