

Contents

- 1) 学会からのお知らせ
- 2) 健康心理学コラム vol. 65 高橋 裕子 (京都大学)

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

■日本健康心理学会第31回大会/日本ヒューマン・ケア心理学会
学術集会第20回大会情報(2018年6月23・24日, 京都橘大学)
(大会準備委員会より)

(1) プログラム冊子の発送

プログラム冊子が完成し、発送いたしました。先生方のお手元に届きましたでしょうか。大変魅力的な企画が目白押しですので、ぜひご確認ください。皆様のご参加をお待ちしております。

※当日の受付混雑を緩和するため、当日参加申込用の URL (<https://goo.gl/SwqdTU>) を準備しましたのでご活用ください。

(2) ラピッドコミュニケーションポスター発表申込・論文集原稿の締め切り間近

ラピッドコミュニケーションポスター発表申込・論文集原稿の締め切りが近づいております。期限は5月29日(火)までです。延長はございませんので、発表をご希望の方は必ず期日までに申込および論文集原稿の提出をお願いいたします。

(3) 周辺環境 (その4)

桜も散り落ちて葉桜へと変わり、三方を山に囲まれる山科は緑の映える季節へと移り変わり始めました。大会会場は山裾にあり、東山の眺望が良好となっております。大会会場の最寄り駅である栂辻駅から一駅離れた小野駅近くには、小野小町ゆかりの随心院があり、この季節には霧島つつじがきれいな花を咲かせます。山科で一味違った京都散策をされてみてはいかがでしょうか。

(4) 懇親会の狂言の役者の一部変更

懇親会で催されます狂言の役者について、鈴木実氏に代わり、山下守之氏にご担当いただくことになりました。茂山宗彦氏と山下守之氏による「柿山伏」(予定) の上演をお楽しみください。

■ヨーロッパ健康心理学会からのお知らせ (国際委員会)

ヨーロッパ健康心理学会より、本年度の学会大会 (2018年8月19-21日) に先立つ大学院生を対象としたワークショップの情報が公開されました (<https://goo.gl/forms/YcrXrnwVZOBk44Uu1>)。

学会ウェブサイト:

<https://www.ehps.net/content/what-do-i-want-be-when-i-grow-%E2%80%93-and-how-get-there>

2) 健康心理学コラム Vol. 65

「禁煙外来, 感動の24年」
高橋 裕子 (京都大学)

日本で最初の禁煙外来を開設して24年になる。現在では全国に2万か所に増え、健康保険も適用される治療となった。この24年、喫煙禁煙に関する状況は大きく変化した。吸い終わったあと40分以上にわたって有害物質が呼出されることから、喫煙後45分間は勤務に戻ることを禁止する職場まで出てきた。

変化に拍車をかけたのは禁煙治療薬の普及だ。「たばこをやめる必要はありません、1週間ほどでクスリが効いてきて、たばこの味がまずくなります。まずは試してみてください」と説明している。従来の、歯を食いしばって頑張るイメージとはまったく違う禁煙の世界が禁煙外来で展開されている。

では喫煙者がすぐに禁煙するかというと、そうでもない。喫煙者にとってはタバコは百害あろうと百利ある存在だ。吸って物事がうまくいった記憶も積み重なっている。禁煙を先延ばししたくなる気持ちは容易に理解できる。

禁煙したくないという人たちにどのように働きかけるかが、この24年の一貫した研究テーマだった。絶対に禁煙しないと言い張っていた人たちの、禁煙後の変化には目をみはるものがある。「学校が好きになった」という中学生、「成績が伸びた」という高校生、「子どもに優しくなりました」という母親、「禁煙してはじめて娘とじっくり話ができた」という父親。禁煙した人たちはみな輝いている。この輝きを次の喫煙者に伝えることが、新たな禁煙チャレンジを生む。人間ってすばらしいと感動する毎日が与えられていることを神に感謝している。

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>
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>
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>