

Health Psychologist

日本健康心理学会
2016/7 No. 70 JAHPP
ヘルス・サイコロジスト

ムーブメント 日本健康心理学会 2016 年度 年次大会開催に際してのご挨拶



田中共子（準備委員長 岡山大学）

2016 年度の日本健康心理学会の年次大会は、岡山大学で、紅葉の美しい 11 月 19 日・20 日に開催されます。豊かな銀杏並木のもとに歩を進めると、自然豊かな半田山を背景に、落ち葉の絨毯に彩られたキャンパスが皆様をお迎えします。

岡山は交通の要所です。岡山空港、山陽新幹線、山陰や四国を結ぶ JR、瀬戸大橋、山陽自動車道、岡山自動車道、長距離バスなどが、海と陸と空から、岡山への快適なアクセスを支えます。東京や大阪はもちろん、九州や四国、北海道や沖縄からの移動も便利です。

晴天日の多い「晴れの国岡山」は果物王国として知られ、瀬戸内の多島美と海産物も魅力です。紅葉の名所や山あいの温泉、鍾乳洞に恵まれ、一步奥座敷へと歩めば、自然豊かな癒しの世界に包まれます。歴史ロマンには、日本三大名園に数えられる岡山城の後楽園、黒田勘兵衛の水攻めで知られる備中高松城、雲海に浮かぶ幻想的な備中松山城があります。古い町並みと美術館を擁する倉敷は、ふと時を超えるようなタイムスリップ感が楽しめます。

本大会は、夏の国際心理学会議とアジア健康心理学会議の後を受けて行われます。海外とのつながりを意識した我々が、いかに平素の活動を充実させていくかを考える時期です。主題は、「健康のグローバル・パースペクティブ」です。我々が世界と繋がる方法は、中央を介した国レベルの活動だけではなく、日々の活動を世界各地の日常と直接つなぐとい

う考え方もできます。世界の同じような研究者と我々の活動とを重ね、無理せず自然に、地に足の着いたつながりを育てていくということです。

そこで特別講演は、国際的な医療支援を行う NPO 法人、AMDA から講師をお呼びします。岡山を拠点に海外の各地と結びつきを深め、ローカルとローカルのつながりによるグローバル、すなわちグローバルな活動を根づかせている団体です。

準備委員会企画では、国際学会での発表に興味のある若者の背中を優しく押す、英語プレゼンテーションの研修を企画します。岡山大学大学院で同種の授業をされている、日本語の通じる外国人の先生が講師です。自分の研究を直接世界に届けて、明日の研究ネットワークに参加してください。

年次大会の柱は、研究の発表と交流です。統計や研究倫理、震災関連の企画など、各種委員会や健康心理士会の企画が揃いますし、会員企画も楽しみです。ポスターでは発表賞を設けますので、ぜひ目標にしてください。前日には若手の会が催され、続く学生グルメツアーは大学院生の企画です。地酒や郷土料理など地域色を活かした懇親会などの交流も、ご期待ください。

我々の平素の活動をますます充実させ、広がりを意識しながら、研究をさらに進めていくことを目標に、豊かな自然と史跡の中の年次大会が、そのよすがとなれば幸いです。

〈高齢社会とソーシャル・キャピタル —スポーツと世代間交流活動を介したつながり〉



東海大学健康科学部 谷口幸一

家族、地域、職場、学校など、様々な関係で構成されている文脈の中で、私たちは今を生きている。一人一人の well-being を考え、より高い QOL を担保する可能性の一つとして、地域でのサポートが注目されている。あらゆる人々を含めた社会的なネットワークを地域で構築し、みんなで共に生きていこうという発想である。

我々はその社会的なネットワークの根幹をなす「人と人の繋がり」がもたらす健康について、「超高齢社会とソーシャル・キャピタル」をテーマに、人と人を繋ぐ活動について健康心理学会の会員企画シンポジウムで取り上げてきた(2014, 2015)。主に音楽を使った実践例、笑いヨガの行動を介した実践例、そして運動・スポーツを介した地域住民の生きがい活動などである(押山・谷口・師井・小杉・木村・野澤 2014)。社会・地域における人々の信頼関係や結びつきを表す概念である「ソーシャル・キャピタル(Social capital: SC) 社会関係資本」が蓄積された社会では、相互の信頼や協力が得られるため、他人への警戒が少なく、治安・経済・教育・健康・幸福感などにより影響があり、社会の効率性が高まることに結びつくとされている。このように SC は、ヒューマン・キャピタル(人的資本: HC) に対応する概念で、個人が所有するものではなく、人と人との間に存在する、信頼、付き合いなどの人間関係、地域コミュニティの組織やボランティア組織などの中間集団を指す。本稿では、地域で暮らす中高年世代の運動・スポーツ活動を介した SC の効果について紹介する。

1. 市民向けの健康づくり活動と SC

筆者の所属する東海大学健康科学部は、今から7年前に大学が立地する神奈川県伊勢原市との協働により、東海大学健康クラブ・市民健康スポーツ大学を開講し、毎年 100 人余の市民会員(平均年齢、66 歳)が年間を通じて全 72 回のプログラムに参加している。その発足の契機は、伊勢原市役所の教育委員会が、同市内に立地している大学に市民の健康づくりの協働事業を持ちかけたことである(<http://www.ihs.u-tokai.ac.jp/kenkou>

club/)。以来、3 年間の庁内と大学内の検討を経て、2009 年度に市民健康スポーツ大学が開講の運びとなり今日に至っている。その間に伊勢原市の庁内では、健康関連の数課が本協働事業を実現するために、従来から課題となっている行政の縦割りの壁を打破すべく積極的に検討を重ねた結果、スポーツ課、社会教育課、介護高齢福祉課、健康管理課が相乗りする協働事業として位置づいており、市の担当職員が毎回のプログラムの運営に参画している。一方の東海大学では学部を超えた 2 学部の教授会・三学科が協働する運営体制が機能しており、その活動には各学部の事務局職員の協力が不可欠であり、また所属する学科の専任教員と学部生と大学院生が毎回のプログラムの運営を担っている。3 年前からは本事業に市民会員として参加していた継続参加の会員が、本クラブの規約にある「卒業」後も引き続き、本クラブの OB 会「楽遊会」を立ち上げ、伊勢原市の市ホールや運動公園、武道館と東海大学のアリーナを活用して、体育系の大学院生や伊勢原市の体育協会所属の指導者による生涯スポーツを実施している。また会員相互の親睦を兼ねた食事会や季節ごとのハイキングや新年会や忘年会などを実施し、自主的な生きがい活動となっている。この OB 団体も、会員が 30 名余(平均年齢 70 歳)となっており、活動も軌道に乗ってきた。彼らは市民健康スポーツ大学の毎回の受付や会員の健康データの集計作業にもボランティアとして参加している。このように、行政と大学と市民がバランス良く本会の運営を担っており、まさに公的機関同士の協働作業として位置づいている。その核となる要因は、市の職員、大学の教職員がコーディネーターとしてバランスよく機能していること、また両機関のキーパーソンの存在が欠かせない。両機関の役員会は、年間に数回の運営委員会を開催し、また親睦のための忘年会または新年会も各年に開催している。まさに、人と人との絆の賜物である。

東海大学健康科学部は、また文部科学省の「地(知)の拠点整備事業」に採択されたプロジェクトによって、地域の退職者世代との「世代間交流活動」



市民健康スポーツ大学の風景



学生と高齢地域住民との世代間交流 WS

を昨年度から実施している。「地域保健福祉活動論」という授業科目の受講生が、地域の中高齢者のグループの会員と「人生課題を語る会」を開催して、学生が日頃抱いている生き方の疑問や将来の希望や夢や不安を語り、それに同席した高齢者が経験談を通じてアドバイスをするというワークショップである。年間の前・後期で開講している同科目に履修生の50名から70名の学生が参加しているが、高齢者との語り合う機会の少ない学生たちと孫世代に近い20歳前後の学生たちと語り合う機会の少ない高齢者にとっても貴重な体験となっている。これは、大学の授業を介した世代間の交流活動であり、定期的を実施できるので、両世代の親睦に役立ち、また異世代間の信頼感の醸成の機会となっている。地域を知る・人を知る・世代を知る絶好の機会となっている。

2. 地域を元気にする SC

市民活動の活性化を通じて SC を培養し、豊かな SC が市民活動を促進するという循環が期待できる。平成 26 年版厚生労働白書では、「個人への取り組みでは解決できない地域社会の健康づくりに取り組むことが必要」でかつ医療費が少ない地域には「いいコミュニティの存在」が指摘されていることから「地域のつながりの強化」(SC の水準をあげること)を目標としている。同白書では、「人々の強調行動を活発にすることによって、社会の効率性を高めることができる」「信頼」「規範」「ネットワーク」といった社会組織の特徴(Putnam 2000)の定義が紹介されている。換言すれば、「人々のつながり」「住民の底力」「きずなの力」などと表現されることもある(近藤克則 2015)。

具体的な測定方法としては、「一般にあなたの地域の人は、信頼できますか?」(信頼感)、「お互いに助け合っ

ていますか?」(互酬性の規範)と尋ねて、それに「はい」と答えた人の割合を求めたり、人々のネットワークの豊かさの指標として、スポーツや趣味、ボランティア組織などへの参加者割合をなどが用いられたりする。

3. つながりの阻害要因

つながりの希薄化した日本では、地域社会を再び活力ある多種多様なつながり、絆が根づく地域社会の構築を目指さなければならない。高齢者は地域に出る勇気が欠如している。社会的孤立・心理的孤独・生きがいの喪失などから、自己有能感が薄れて、地域社会に打って出る勇気がなくなっている。悩みを誰かに相談しない割合は、高齢世代が最も高いと言われる。なぜ他人に相談しないのか。その理由として、他人に迷惑をかけたくない、甘えてはいけない、相談しても解決しない、頼りになる他人がいない、などの思い込みがあると考えられている。我が国のような超高齢社会では、ひとり暮らし、限界集落、老老介護、認知介護、孤立・孤独死など暗いニュースばかりが目立つ。これらの問題の解決には、他人を巻き込んだ地域ぐるみの対策が不可欠である。地域ぐるみの閉じこもり予防対策として、自治会・町内会、ボランティア組織などの小規模の団体の活動が「ご近所の底力」として機能すると考えられる。2025 年には、全国の津々浦々に「地域包括ケアシステム」を定着させることが国の政策である。それを真に実効あるシステムにするには、本人を取り巻く家族・ご近所・行政・施設・病院を機能的につなぐ役割と実力を身につけたコーディネーターが不可欠である。他人に抱く信頼感の醸成には、面对面の会話や触れ合いの積み重ねが必要である。そのような地域活動や学校教育における活動がますます必要とされる。

〈児童集団に対する認知行動療法の適用〉

桜美林大学心理・教育学系 小関俊祐



これまでの経緯

児童集団に対する認知行動療法は、2000年頃から盛んに実践報告が行われるようになり、特に学級単位の社会的スキル訓練（Social Skills Training；以下、SST）が対人関係の円滑化（後藤ら、2000）や孤独感の解消効果（金山ら、2000）をもつことが報告されはじめた。その後、認知的再体制化を応用した抑うつに対する介入（小関ら、2007）や、複数の手続きを組み合わせる実施する介入プログラムの構築（佐藤ら、2009）などへと発展している。

児童に対する認知行動療法の学校適応に対する寄与は、すでに一定の有効性が示されており（高橋・小関、2011）、現在の研究上の課題としては、いかに介入効果を維持させるかということや、災害被災児童や発達障害のある児童、抑うつや不安を抱える児童など、特定の対象に対する有効性の検討がある。

集団認知行動療法の観点

そもそも、SSTに代表されるような、学級集団を対象とした認知行動療法は、未学習が想定される児童、誤学習が想定される児童、遂行困難が想定される児童などに対して、対人関係に起因する不適応状態の予防や改善を主たる目的とする際の「適応行動の獲得および遂行」のための一連の手続きを指す。

学級集団を対象に認知行動療法を実施する利点としては、特別な集団形成を必要とせず、日常の学習形態に準拠した手続きで実施可能であるという効率性や、練習場面と遂行場面が同じため、練習した内容をすぐに日常生活で実践可能であるという般化の観点、また、学級内のルールとして活用でき、児童間で互いにフィードバックしやすいという維持の観点などが挙げられることが多い（佐藤、2004）。

また、介入手続きを選択するにあたっては、介入の目的が大きく予防的介入なのか、治療的介入なのかを基準として、検討することが求められる。予防

的介入である場合は、「何を予防するか」が目標設定と手続き選択の判断基準になり、すべての子どもが対象になりうるため、学級集団の介入として実施される場合が多い。一方、治療改善的な意味合いが強い場合、すでに起きている問題についてのアセスメントを行い、集団を対象とした場合と個人を対象とした場合のどちらが、有効性が高いと期待できるかを判断する必要がある。

集団認知行動療法の介入手続き構築の流れ

想定される予防すべき問題の1つである「いじめ」の問題を例とすると、集団認知行動療法の目的は、いじめ状態の改善ということになる。さらに具体的な手続きに落とし込めば、集団の凝集性を高めて対人ストレスを減弱させることを目的とする場合や、他者への攻撃行動の代替行動を習得し、機能的な対処行動を習得することなどが、目的として設定される。このように、手続き自体は学級集団を対象とした認知行動療法という枠組みに含まれていても、実際の目的や手続きは大きく異なる可能性が高い。

また、代替行動の習得を目的とした場合、「社会的に望ましい行動」と「集団の中で受け入れやすい行動」のどちらに重きを置いて習得を目指すか、という観点や、手続きとして、適応行動の型を「教える」場合と、機能する方略に「気づかせる」場合とを、使い分けることも求められる。さらに、目標設定として、「当面の」目標と「将来的な」目標に分けて設定することも、時には必要となる。

このような観点で整理を行っていくと、たとえば、集団SSTと個別SSTを組み合わせるような手続き、すなわち学級集団を対象に「仲間の誘い方」のSSTを実施して、集団としての受け入れ態勢を構築しつつ、「仲間の入り方」のSSTで実際に仲間に入りにくい児童のはたらきかけを促したり、行動レパートリーの拡充や行動選択の評価の観点的獲得を目的とした問題解決訓練を実施したりするよう

な手続きが選択されるであろう。この際、必ずしも SST のような直接的な介入のみを選択する必然性はなく、場合によっては、環境調整など、間接的な介入も選択肢として考慮することも可能になる。

集団認知行動療法の有効性の評価

これまで、集団認知行動療法では、主として質問紙を用いた有効性の評価を行うことが一般的であった。たとえば、SST を実施した際には、社会的スキル得点が向上し、心理的ストレス得点が低減することで、SST のストレス低減効果を実証していた。

最近では、このような質問紙を用いた評価だけではなく、行動に着目した評価、すなわち、行動が集団の中で実際に機能しているかどうかを評価することが求められている。たとえば、小関ら (2009) では、小学 2 年生の学級集団を対象として、「ありがとう」をターゲットスキルとした SST を実施し、学級集団内でのありがとうの表出頻度や表出対象の変化を、セルフモニタリングを用いて測定し、SST の有効性の指標として用いている。その他にも、笑顔の出現回数や、休み時間に遊んでいる児童の数など、集団における行動のさまざまな観点が、集団認知行動療法の有効性の指標として用いられうると考えられる。

まとめ

集団認知行動療法は、手続きの明確さや、一定の効果が得られやすいという期待などから、広く実践が行われている。その一方で、単に数回の、児童を対象とした介入実践だけでは有効性の担保に至らない場合もある。集団認知行動療法を有効なものとするための工夫としては、たとえば担任など教員にも介入の意図とポイントを明確に伝え、実際の学校生活において、介入に即した声かけ（「この前の授業ではどんなこと勉強した？実際にやってみることができそう？」）などを行うことで、介入の内容に意識を向ける役割を期待する場合が多い。また、家庭との連携を図るために、授業参観の時間の中で、集団認知行動療法を実施し、家庭でも介入内容について話題にさせていただくような工夫を行う場合もある。このように、単なる介入の手続きにこだわらず



ぎずに、成果を日常の中で機能させるという観点をもちつつ、集団認知行動療法を実施し、その有効性が蓄積されることを期待する。

引用文献

- 荒木秀一・石川信一・佐藤正二 (2007). 維持促進を目指した児童に対する集団社会的スキル訓練 行動療法研究, 33, 133-144.
- 後藤吉道・佐藤正二・佐藤容子 (2000). 児童に対する集団社会的スキル訓練 行動療法研究, 26, 15-24.
- 金山元春・後藤吉道・佐藤正二 (2000). 児童の孤独感低減に及ぼす学級単位の集団社会的スキル訓練の効果 行動療法研究, 26, 83-96.
- 小関俊祐・嶋田洋徳・佐々木和義 (2007). 小学 5 年生に対する認知行動的アプローチによる抑うつ の低減効果の検討 行動療法研究, 33, 45-58.
- 小関俊祐・高橋史・嶋田洋徳・佐々木和義・藤田継道 (2009). 学級アセスメントに基づく集団社会的スキル訓練の効果 行動療法研究, 35, 245-255.
- 佐藤寛・今城知子・戸ヶ崎泰子・石川信一・佐藤容子・佐藤正二 (2009). 児童の抑うつ症状に対する学級規模の認知行動療法プログラムの有効性 教育心理学研究, 57, 111-123.
- 佐藤正二 (2004). 集団介入の利点、欠点、工夫点 坂野雄二 (監) 学校、職場、地域におけるストレスマネジメント実践マニュアル 北大路書房 Pp.29-38.
- 高橋史・小関俊祐 (2011). 日本の子どもを対象とした学級単位の社会的スキル訓練の効果—メタ分析による展望— 行動療法研究, 37, 183-194.

〈母親の楽観主義が育児幸福感に及ぼす影響〉

関西学院大学大学院 文学研究科 金田亜里沙



育児のポジティブな側面

これまでの心理学研究では、臨床的な支援へのニーズをふまえて、育児ストレスや産後うつといった育児のネガティブな側面に関して研究が行われてきました。しかし近年ではポジティブ心理学の視点から、母親の主観的ウェルビーイングに関する研究が増えています。これまでの研究から、母親や子の年齢、配偶者の有無、就労形態、ソーシャルサポートといった様々な要因が母親の主観的ウェルビーイングと関連を持つことが明らかになっています (Nelson et al., 2014)。

具体的な場面や状況を考慮した「日常生活での育児幸福感」の測定

海外と比べると、わが国では母親の主観的ウェルビーイングに関する研究は少なく、育児中に感じるポジティブな感情である育児幸福感について研究が行われています。これまでの研究で用いられてきた育児幸福感尺度では、具体的な育児場面や状況が考慮されていませんでした。しかし、精神的健康や感情状態にとって、状況は非常に重要な要因であることが指摘されています。そこで『健康心理学研究 (金田・大竹, 2015)』の研究では、育児幸福感を感じる場面・状況を考慮した、日常生活での育児幸福感尺度を開発しました。この尺度を用いて、家事や子どもの世話、子どもとのかかわりの中で感じる幸福感の程度を測定できると考えられます。

楽観主義と育児幸福感との関係

これまでの研究から、母親や末子の年齢、母親の就労形態が育児幸福感に影響を及ぼすことが明らかになっています。しかし、育児幸福感を高めるアプローチを行うためには、年齢や就労形態といった操作不可能もしくは操作が困難な要因だけでなく、育

児幸福感に影響を及ぼす個人要因についても検討する必要があります。

そこで今回の研究では、育児幸福感に影響を及ぼすひとつの要因として、楽観主義 (optimism) に注目しました。楽観主義とは良い結果を期待する傾向のことで、これまでに多くの研究から心身の健康との密接な関連が示されてきた特性です。1歳から6歳 (未就学) の子を持つ母親を対象に調査を行ったところ、母親の楽観主義が育児幸福感や日常生活での育児幸福感を高め、育児の不安感や負担感といったネガティブな感情を弱める可能性が示唆されました。

母親の育児幸福感や主観的ウェルビーイングを高める介入を目指して

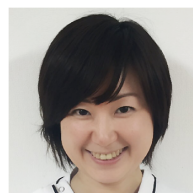
主観的幸福感を高める介入として、感謝の手紙を書く (Lyubomirsky et al., 2011)、自身の理想の将来を想像する (King, 2001) など、様々なアクティビティが用いられてきました。母親の育児幸福感や主観的ウェルビーイングについても、このようなポジティブ介入プログラムの開発が必要だと考えています。

現在、自治体や保育園・幼稚園によって、様々な育児講座が提供されています。たとえば、妊産婦やその配偶者に対して、保健師や栄養士などの専門家が妊産婦や乳幼児の生活や栄養に関する情報を提供する、親子で遊びを楽しむなど、その内容は多岐にわたります。ポジティブ介入プログラムを開発し、このような場で実施できれば、参加者と支援者とのかわりや参加者同士でのかわりが活発になると考えられます。また、母親だけでなく、父親や祖母などにも参加してもらうことで、母親が受けるソーシャルサポートを増やすことができるかもしれません。今後は、研究知見に基づいた介入プログラムの開発と、現場での実践が期待されます。

〈心と体の関連性～リハビリを通して〉

医療法人社団あおい會 森山リハビリテーションクリニック

田中香澄 (理学療法士・専門健康心理士)



精神状態と肩こりという現象について

現在私は、品川区にある有床診療所にて理学療法士としてリハビリ業務に携わっています。

様々な方の治療をするなかで、患者様の精神状態が体の状態に強く表れると思うことが多々あります。例えば、この度の熊本大震災の直後に「悲惨な光景をニュースで見ているだけで緊張して肩がこってしまった」という発言をよく耳にしますが、特に女性では何らかの精神状態が肩こり感に現れるといった訴えをする人が少なくありません。肩こりは様々な疾患の部分症状として現れていることが知られていますが、ストレスや心理的要因も肩こりと関係性があると言われています。

また、肩周囲筋のストレッチを行ったあとに「なんだか心までスッとしました」と晴れやかな表情に変わり帰っていくケースも多々あります。

鬱・不安と肩こりの関連性の研究

私は、以前「肩こりと心理指標の相関関係を明らかにする」ことを目的とし、都内大学生 490 名を対象にアンケート調査を行いました。その結果、抑うつ・不安ともに肩こりと中等度の相関がありました。また、男女の比較では、男性よりも女性の方が

肩こり感を強く感じていました。

「肩こりの治療介入による不安・鬱の低下」の実験結果

次に、頸・肩周囲のストレッチ介入を行った結果、肩こりの状態が改善されるとともに、気分状態の変化の検討では介入後の方が状態不安・抑うつ・肩こり指標で有意に低下していました。

心と体は相互関係でできている

実験により、ストレッチにて肩こりの状態が改善することで、抑うつ気分状態・状態不安が改善することが明らかとなりました。このことにより臨床の現場において、肩こりの治療をすることによって心理的側面まで改善できることが示唆されました。

リハビリは一見、障害された部位の「腕を上げる」「足を曲げる」といったカラダにアプローチをしているように思われがちですが、同時に心にも作用している、言うならば心身相即の現象に迫っているのではないのでしょうか。

リハビリは「気づき」と「行動変容」を促すこと

リハビリを開始する際に、本人の希望を聞き、治療計画とゴールをたてていくのですが、「麻痺を治してほしい」「痛みをとって欲しい」といった受動的で漠然としたものだと思えば治療が進まないことが多々あります。体と心に目を向け自己調節できるように、気づきと行動変容を促してゆくと、漠然とした希望から、主体性を持ったより生活に密着した具体的なものになってゆきます。リハビリを通して、対象者が様々な苦しみから開放できるように、多面的な角度から日々真摯に向き合っていきたいと思っています。



大会アナウンス

日本健康心理学会第 28 回大会 準備委員会 事務局長 畠中香織 (同志社女子大学)

第 29 回大会は、17 年ぶりに岡山大学での開催となります。11 月の大会に向けて、準備委員会では着々と準備を進めております。

今年は委員会企画として 14 件が予定されており、特別講演では NPO 法人「AMDA」をお呼びし、地域と海外の特定の人や場所が結びあうローカルからグローバルをテーマにご講演いただきます。ワークショップは、国際学会に役立つ英語プレゼンテーション、研究に役立つ統計講座が企画されております。他にも、編集委員会から研究倫理に関連した利益相反と出版倫理に関するシンポジウムや、健康心理士会からの「震災ストレスマネジメント教育の実践」、大会前日にはヤングヘルスサイコロジストの会によるシンポジウムと学生グルメツアーなど、日々の健康心理学研究に役立つエッセンスが盛り込まれた企画が数多くございます。また今年も大会ポスター賞を予定しております。1 枚のポスターにまとめた研究の成果を多くの研究者へと発信してください。学会 2 日間での企画、発表それぞれが研究者同士の情報共有の場となり、互いの研究のエンパワメントへとつながることでしょう。

懇親会では、岡山グルメを味わっていただけるメニューとイベントを企画しています。様々な分野で活躍される研究者が美食を共に囲むことでコミュニケーションが弾み、それぞれの学問・研究の枠組み

を越えた交流の場となるでしょう。

現在、準備委員からは、月 2 回のメールマガジンを発行して、皆様に学会に役立つ情報や岡山の魅力を随時お伝えしております。

学会は当日参加ができます。特別講演は一般の方も参加が可能です。岡山大学から少し足をのばせば、皆様の心を癒す観光スポットやグルメも多くございます。「桃太郎」で知られる岡山へぜひ足を運び下さい。皆様のご参加をお待ちしております。

写真は、会場となる岡山大学です。秋には、黄色に染まる銀杏並木が皆さまをお迎えいたします。



Health Psychologist 2016.7

ヘルス・サイコロジスト NO. 70

発行	2016 年 7 月 31 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 〒162-0801 東京都新宿区山吹町 358-5 アカデミーセンター
TEL	03-5389-3025
FAX	03-3368-2822
ホームページ	http://jahp.wdc-jp.com/
制作	株式会社国際文献社

新入会員の募集 一多くの方にお勧めくださいー

日本健康心理学会は、現在 2,100 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、専門の研究者一心理学、医学、教育学、社会福祉学、看護学、栄養学、体育学、公衆衛生学、生物学などの領域一はもちろん、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。企業や小中学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、ニュースレター「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。