

# Health Psychologist

日本健康心理学会

2017/3

No.

72

JAHHP

ヘルス・サイコロジスト

## ムーブメント 本明記念賞の選考経過と講評・ 若手研究者への期待



明治大学文学部 岡安孝弘

### 2016年度本明記念賞の選考経過

2016年度の本明記念賞の選考は、機関誌「健康心理学研究」Vol. 28（1号、2号）に掲載された原著論文を対象として、選考規程に基づき行われました。筆頭執筆者の年齢が論文受理時点で45歳未満であることが選考の条件ですが、その条件を満たした論文は4編でした。

まず、1次選考として選考委員会の投票によって審査が行われ、受賞候補論文が3編に絞られました。次にそれらの論文を対象として2次選考が行われました。その際の審査の観点は、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。それぞれの観点について選考委員に100点満点による評価を求め、それに基づいて慎重に選考いたしました。その結果、非常に僅差ではありましたが、最も評価の高かった、関西学院大学の金田亜里沙先生と大竹恵子先生の共著による「母親の楽観主義が育児幸福感に及ぼす影響」（健康心理学研究 Vol. 28, No. 2掲載）が受賞論文として推薦され、常任理事会において承認されました。

受賞論文に対する選考委員の評価としては、「従来の育児幸福感尺度では測定できない側面に注目し、検討したところに意義がある」「楽観主義が育児幸福感とは肯定的に関連し、育児感情（負担感や不安）とは否定的関係にあることは興味深い」「現

代の少子化問題に対する重要な知見を与えるものである」「自己効力感や自己イメージなどの研究に展開が期待される」など、研究の着眼点や今後の展開に期待する評価がある一方、「社会経済的要因や子どもの障害の有無、援助資源の有無など多くの交絡要因の調整が必要である」「開発した尺度に基づいてどのように効果的な介入をしていくのかわきたい」など、さらなる問題解決の必要性を指摘するコメントもあり、まだまだ深化の余地を残した研究であるとも思われます。

### 若手研究者への期待

2017年は、日本健康心理学会の創立30周年にあたります。われわれの先輩の研究者や実践者は、その間わが国における健康心理学の開拓者として、教育や医療、福祉などさまざまな領域で社会貢献への道を模索し続けてきました。後に続くわれわれも、その歴史を引き継ぎ、さらに発展させていかなければなりません。くしくも今年9月に開催される大会のテーマは「健康心理学の社会貢献、そしてさらなる挑戦」です。若手研究者の皆さんには、この大会テーマにふさわしい新たな研究領域、新たな研究手法、新たな社会貢献の可能性にチャレンジするような研究を目指していただきたいと思います。編集委員会としましても、そのようなチャレンジ精神あふれる研究を、多少の瑕疵があったとしても高く評価したいと考えておりますので、積極的に投稿してください。

# 〈ストレスチェックプログラムを活用した労働者のメンタルヘルス支援〉

横浜労災病院 勤労者メンタルヘルスセンター 伊藤桜子



## 労働者のストレスとストレスチェック制度

近年、日本では、自分の仕事や職業生活に関して強い不安や悩み、ストレスを抱えている労働者が約6割を占める状況が続いており、労働者の自殺者数も毎年全体の約3割にあたる8~9000人前後で推移しています。その原因・動機の第1位である健康問題の約7割は、うつ病等の精神疾患とされ、労働者の心の健康の保持増進は今日の労働行政の重要課題と位置づけられています。

こうした状況の中、2014年6月に労働安全衛生法の一部改正が可決され、2015年12月より「ストレスチェック制度」が施行されました。これは、従業員50人以上の事業場において年一回ストレスチェックを実施することを事業者に義務づけたものです（50人未満の事業場では、当面は努力義務）。この制度の目的は、労働者のメンタルヘルス不調を未然に防ぐこと。すなわち、一次予防を主目的としており、ストレスチェックの実施により、労働者自身のストレスへの気づきを促し、職場におけるストレス要因を評価し、より働きやすく健康的な職場環境への改善につなげることを目標としています。また、副次的に二次予防（不調者の早期発見・早期治療）や三次予防（再発予防）の効果も期待されています。

## Webによるストレスチェックプログラム「メンタルろうさい」の開発と効果

横浜労災病院勤労者メンタルヘルスセンターでは、2004年よりインターネットを利用したストレスチェックシステムの研究開発と普及を行ってきました。それ以前から、当センターでは、ストレスマネジメントを主眼とした予防的健康支援の提供を目的として、セミナーやリラクゼーション体験、対面

およびe-mailによるカウンセリング等を提供してきました。しかし、メール相談以外のサービスは、利用時間内にセンターを訪問可能な人にしか利用できないという制約がありました。これに対し、全労働者を対象とした、より予防的かつ健康支援的なストレス対策のためのセルフケア実施支援を提供する目的で開発したのが、Webによる労働者のためのストレスチェックシステム「メンタルろうさい」です。

「メンタルろうさい」は、ストレス対処行動の実施意欲促進に主眼を置き、米国の国立労働安全衛生研究所（NIOSH）の職業性ストレスモデルに基づいて開発した、完全非対面の個別最適化されたコンピュータプログラムです。CES-Dうつ病（抑うつ状態）自己評価尺度や職業性ストレス簡易調査票等の標準化された質問紙を用いて、抑うつリスクや心身のストレス症状、仕事関連のストレス要因やライフイベント、ストレス対処レパートリーや生活習慣等について包括的にアセスメントし、その結果とその人の状態に適した対処に関するアドバイスを個別結果報告書で瞬時に提供します。その後、自分に推奨された対処行動に対する実施意欲を確認しています。また、プログラム利用後の具体的なストレス対処法やメンタルヘルスに関する疑問や不安に応えるべく、専門家による個別相談へのリンクや、様々な対処法や支援サービスを紹介する情報リンクといったチェック後のフォローアップ体制も備え、自発的な相談・受診・対処の実践をサポートしています。インターネットに繋がる環境であれば、誰でもいつでもどこからでも、勤務先の保健管理体制等にかかわらず利用できます。

「メンタルろうさい」の利用効果については、IT企業の従業員371名における介入調査から、利用直後にストレス対処に関する気づきや、現在あまり利用していない対処行動の実施意欲が有意に促進さ

れること、また、その実施意欲が2か月後まで7割の者で維持され、実施意欲の維持が良好なメンタルヘルスの維持と有意に関連することを確認しています(伊藤・山本・津田, 2016)。さらに、1年後の追跡調査(n=341)からは、うつ病のリスクが高かった群で、抑うつレベルの有意な改善効果が示されました。また、抑うつレベルの改善には、仕事のコントロール、同僚のサポートおよび“発想の転換”による対処の増加と、“逃避や抑制”による対処の減少が有意に関連していました(伊藤・山本, 2014)。

## ストレスチェックを活用した労働者のメンタルヘルス支援

もともと「メンタルろうさい」は、個人で利用できるセルフケアツールとして作成され、ログインIDとパスワードを知る本人以外は、結果やアドバイスを閲覧できません。しかしながら、「メンタルろうさい」の結果報告書の利点は、本人がそれを読んでセルフケアに役立てられることに留まりません。例えば、産業保健スタッフ等の専門家が結果を共有できれば、その人の現在のストレス状態、ストレス要因、ストレス対処やサポート、生活習慣の状態から、どんなストレス対処が役立ち、何を実践する意欲があるかまで、短時間で把握できます。それにより、その人に有用な支援を掴むことが容易となり、限られた面談時間の中で、包括的な視点から、より適切で具体的なアドバイスを提供することが可能になると考えられます。

将来的な個別結果報告書の活用可能性として、職場の産業保健スタッフが健康管理に役立てるために結果を閲覧することの可否を問う利用者調査では、9割が「(本人が許可すれば)構わない」と回答し、「メンタルろうさい」の結果を、個人利用に留まらず、職場の産業保健活動にも活用できる可能性が示されました。

これを受けてわれわれは、事業場での高ストレス

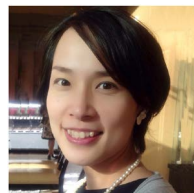
者への医師面接や復職支援の場において、「メンタルろうさい」を活用する試みを1年前より開始しました。具体的には、医師との面接時に高ストレス者や休職者に「メンタルろうさい」を提供し、結果を共有させてもらい、ストレス状況や症状、対処や生活習慣等を確認するデータとして医師の面接指導に役立てています。また、医師面接後の心理士との面談でも同様に、結果と一緒に見ながら、ストレスを高めている要因や緩和に役立っているリソースを確認し、ストレス状態の改善やメンタルヘルス不調のリスク低減に役立ち、その人が実践できそうなストレス対処行動を協働して探していくのに活用しています。

まだ短い試行期間ではありますが、これまでの実践からは、チェック結果の共有により、速やかにラポールが築ける、復職支援のように回復の度合いに合わせて複数回実施する場合には、症状の回復や対処行動の変化を結果報告書で視覚的に比較できるため、成果の確認が容易で、新たな課題への気づきや取り組もうとする意欲が促進されやすい、来談者が話すこと以外に結果からもストレス軽減の糸口を掴むことが出来るため、よりの確かかつ多方向からのストレス対処のオプションを提案することが出来る、といったメリットを感じています。

メンタルヘルスの不調予防や改善のため、個別にストレスの関連要因をチェックし、ストレス対処の実践を支援するというのは古くから行われてきた手法です。しかし、国が定めたストレスチェック制度の導入という転機を迎え、毎年のストレスチェックをどう活用して労働者の健康の保持増進や不調予防を効果的に支援するか、職場の環境改善計画の立案や実施にどう役立てるかを研究したり、メンタルヘルスやストレス科学の専門家ではない職場のスタッフにも簡便に使いやすいチェック後の支援ツールの開発や提供方法について研究し、実践を重ね、より効果的な支援方法を模索したりしていくことは、今後、健康心理学に求められる古くて新しい研究課題の一つとなるのではないのでしょうか。

# 〈子どもの健康と環境に関する全国調査『エコチル調査』と健康心理学との接点〉

国立成育医療研究センター・エコチル調査メディカルサポートセンター 小西瑞穂



## エコチル調査とは？

環境省主導によるエコチル調査という全国調査が2011年より我が国で行われていることをご存知でしょうか。エコチル調査とは「子どもの健康と環境に関する全国調査」のことであり、「エコロジー」と「チルドレン」を組み合わせてこのように呼ばれています。この調査ではなんと、日本国内の10万組の子どもとその両親を対象とし、子どもの胎児期から13歳になるまでを追跡調査しています。子どもの成長や発達、健康状態を調査し、環境要因がそれらにどのように影響を与えるのかを明らかにすることを目的とした疫学調査です。

環境要因が我々の健康に与える影響は、以前より動物実験や基礎研究を中心とした解明が進められています。しかし、動物と人間では形態学的にも生理学的にも大きな違いがあり、それらの結果だけから人間の健康への影響を推察することは困難です。そこで、エコチル調査では、「胎児期から小児期にかけての化学物質曝露をはじめとする環境因子が、妊娠・生殖、先天奇形、精神神経発達、免疫・アレルギー、代謝・内分泌系等に影響を与えているのではないか」という中心仮説を立て、その検証を行う計画で進んでいます。そのため、化学物質の曝露などの環境要因以外にも、遺伝要因、社会要因、生活習慣要因などの様々な要因を幅広く調べています。エコチル調査によって子どもたちの成長・発達に影響を与える環境要因が明らかになれば、リスク管理当局への情報提供を通じ、自主的取組みや化学物質規制の審査基準、水質や土壌などの環境基準に反映され、適切なリスク管理体制の構築へとつなげることが可能になると考えられています。

## エコチル調査の調査方法

エコチル調査は、2011年から全国15カ所のユニットセンターにおいて、妊婦さんを対象としたリクルートが開始されました。2014年3月末には103,104人の参加が達成されました。エコチル調査の統括は、コアセンターとして国立環境研究所が担っており、化学物質の測定も行っています。筆者が所属する国立成育医療研究センターはメディカルサポートセンターとして、質問票の開発や立案、医学的・心理学的検査の立案とマニュアル作成、実施のサポートを行っています。そして北は北海道から南は沖縄まで全国15のユニットセンターが参加者と直接コンタクトをとり、調査の実施を行っています。また、この調査は2つの調査体制で行われています。1つ目は全体調査で、約10万組の子どもとその両親を対象とした質問紙調査を中心とした調査です。2つ目は詳細調査で、全体調査対象者の中から無作為に抽出された5,000人を対象とした調査です。詳細調査では、全体調査では実施が困難な対面式の検査や家庭訪問による環境測定を行っています。また、エコチル調査ではご病気を持ったお子さんについて、疾患登録情報を行っています。つまり、エコチル調査は出生コホート研究という位置づけであると共に、ケースコントロール研究という位置づけもあります。

エコチル調査はフィールドワークを必要とする実践的な研究であり、統計学的手法を駆使する疫学研究です。健康心理学の研究手法と重なる部分の多い調査研究と言えます。

## 健康心理学との接点

出生コホート研究であるエコチル調査は、簡単に言えば、「なぜこの病気が発症するのか、それに関

連する要因は何か」ということを探っていることになり。これらの問いに答えることができれば、その病気の発症を予防し、健康行動を促進することも可能になると言えます。また、次世代の発育や成長に有益な情報を得ることも可能になると考えられます。つまり、健康の維持と増進、疾病の予防や健康教育・政策の構築に貢献する健康心理学と非常に接点の大きい調査ということになります。

また、エコチル調査のアウトカムは病気や障害です。その一方で、参加者の多くは健常な子どもたちです。このギャップに私は健康心理学的観点が必要ではないかと考えています。

### 健康心理学的観点の重要性

前述のように、エコチル調査では環境化学物質という曝露要因と、病気や障害のアウトカムとの間に様々な交絡因子を想定した研究計画が立てられています。子どもが学童期に入ると、精神医学的な視点からはうつや不安という疾病がアウトカムとして想定されます。うつや不安と関連するバイオマーカーは様々な環境化学物質の影響を受けることが多くの研究から示されています。しかし、環境化学物質とうつ・不安の関連を探る上で、健康心理学の中心概念でもある個人のレジリエンスは見逃すことのできない重要な交絡因子であると考えています。うつ・不安と関連する環境化学物質に多く曝露されたとしても、レジリエンスが高ければうつ・不安に打ち克つことができるという過程が存在するかもしれません。10万人のパワーを持ってこの過程を見ることができれば…と健康心理学研究者の一人として夢を見ています。

エコチル調査は妊娠期から13歳になるまでの13年間にも渡るコホート調査です。この調査が成功す



エコチル調査医学的検査研修における子どもへの負担の少ない採血方法の実習の様子

るためには、約10万人の参加者からの長期的で継続的な協力が必須です。そのためには、参加者の方々に調査の重要性を理解してもらい、調査に参加することへの高い満足度やモチベーションを維持して頂くことがフォローアップ率の維持につながると考えます。この調査に参加して良かったと思って頂けること、参加していることが未来の役に立つ、自分自身の生活にも意味がある、と思って頂ける調査であることが必要と感じています。そのためには、エコチル調査から得られた成果をわかりやすく参加者に伝えることや今現在の生活に役立つ情報を提供することも重要です。特にこの点については、健康心理学研究者の先生方が様々な実践されている予防教育のメソッドや工夫が生かせるのではないかと想像しています。また、エコチル調査から得られた成果を先生方の実践活動に活かしていただける日が来ることを楽しみに取り組んで参ります。

エコチル調査は、まだまだ先の長い調査です。私自身も国民としての期待、健康心理学研究者としての期待を大きく持ち、エコチル調査に関わって参りたいと思っています。引き続き、お力添え頂けると幸いです。

## 〈中学校生活におけるネガティブおよびポジティブな出来事の経験が学校適応に及ぼす影響〉



東京家政大学 三浦正江

### 中学生の学校生活はストレスばかり？

我が国では、主に不登校の一要因として学校生活におけるネガティブな出来事の経験が注目され、1990年代から中学生の学校ストレスに関する研究が盛んに行われてきた。「受験戦争」やいじめ等が社会的にも取り上げられ、健康心理学領域においても、学校ストレスというネガティブな側面が研究の中心であったといえよう。その後、現在に至るまでの数多くの研究では、学校ストレスの経験が種々のストレス反応や学校不適応を高めることが一貫して報告されている。

しかし一方で、部活動や学校行事に夢中になって取り組む生徒、友人と楽しそうにおしゃべりをする生徒など、学校にはポジティブな出来事を経験している生徒の姿が多く見られる。また、不登校生徒の中には、明確な学校ストレスの経験が見当たらず、「何となくつまらないから行きたくない」と訴える者もいる。中学生の学校適応を考える際には、ストレスというネガティブな側面だけではなくポジティブな側面にも注目し、一人一人の生徒が毎日の学校生活でどのような体験をしているかについて、総合的にとらえる必要があると考えられよう。

### 学校生活におけるポジティブな経験の機能

近年、我が国においてもポジティブ心理学が注目されているが、ストレス研究に比較して、中学生を対象としたポジティブな視点からの検討は非常に数少ない。そこで、三浦（2013: 健康心理学研究, 26）は中学生が日常の学校生活で経験するポジティブ出来事（デイリーアップリフツ）を測定する尺度を作成し、これに基づいた一連の研究を行った。中でも、三浦・大角（2016: Journal of Health Psychology Research, 29）は、中学生の学校での経験をネガティブ出来事（ストレス）とポジティブ出来事（デイリーアップリフツ）の両側面から測定し、ス

トレス反応、学校ざらい感情、学校生活における自己効力感との関連を検討している。

その結果、両者の特徴の違いとして、ストレスの経験は、生徒のストレス反応を高めるが学校生活における自己効力感にはあまり関与せず、デイリーアップリフツの経験は、学校生活における自己効力感を高めるがストレス反応への影響は大きくないことが示された。従来の複数の研究において、ポジティブ出来事のネガティブ要因に対する軽減効果が報告されているが、この結果を踏まえると、ポジティブ要因を強化することで間接的にネガティブ要因を軽減する機能を持つ可能性が示唆される。

また、ストレスとデイリーアップリフツの経験についてクラスター分析による3パターンを抽出し、これらによる各変数の違いを検討した。その結果、「ストレスの経験が少なく、かつデイリーアップリフツの経験が多い生徒」の適応状態が最も良いことに加えて、「ストレスの経験はあまりないが、デイリーアップリフツの経験も非常に少ない生徒」はストレス反応と学校ざらい感情が高く、学校生活における自己効力感が低いという特徴が示された。さらに、「ストレスの経験はあるが、デイリーアップリフツの経験もある生徒」は、ストレス反応や学校ざらい感情は高いものの、学校生活における自己効力感の一部は高まる可能性が示唆された。

### 生徒の豊かな学校生活のために

上記の結果から、学校現場において中学生の学校適応のアセスメントや働きかけを行う際には、ネガティブ、ポジティブ両面への注目が必要であるといえる。また、健康心理学領域の主要な実践として学校におけるストレスマネジメント教育があるが、この構成要素としてポジティブ要因の促進といった視点を盛り込むことで、中学生に対するより積極的なストレス・コントロールや快活で豊かな学校生活に貢献することが期待される。

## 〈がん患者のサポートプログラムに携わる健康心理士としての活動〉



日本学術振興会特別研究員 (PD), 大阪大学大学院人間科学研究科 松井智子

私は、博士前期課程に在籍中から、地域がん診療連携拠点病院に指定されている市立豊中病院にて、がん患者と家族を対象とした「サポートプログラム」の運営の一部をお手伝いしてきました。市立豊中病院で11年前から続くがん患者の「サポートプログラム」とは、主にグループ療法や個人カウンセリングで構成されており、その中でも私はグループ療法に携わっています。

### がん患者を対象としたグループ療法

がん罹患すると、身体だけでなく、心理的にも社会的にも苦痛を経験することが知られています。近年ではそういった苦痛を緩和するための支援が徐々に増えてきましたが、その支援の一つとしてグループ療法があります。がん患者に対するグループ療法とは、「グループリーダーからのアプローチを軸として、同様な状況に置かれた者同士の相互支援の場として機能し、グループ内で生じるお互いの精神的援助や日常生活における情報交換を通じて、より適応的な対処方法を身につけていく治療技法である(明智, 2010)」と定義されています。

市立豊中病院では、主に臨床心理士がメインファシリテーターを担当し、臨床心理士または看護師や医療ソーシャルワーカーがサブファシリテーターを担当してグループ療法を実施してきました。私は、問題解決療法をベースとしたグループ療法や支持療法をベースとしたグループ療法にて記録係として補助を経験したのち、専門健康心理士の資格を取得してからはサブファシリテーターを担当しています。現在は、月に1回開催されている支持療法をベースとした2つのグループ療法に携わっており、一方はがん患者であればどなたでも参加できるグループ、もう一方は40代前後の女性のがん患者を対象としたグループです。1つ目のグループでは、私がメインファシリテーターとなり、がん患者のみなさんが比較的日常生活に

取り入れやすいと考えられるストレスマネジメント法として、自律訓練法やアロマセラピーの紹介と簡単な実践の時間を組み込み実施したこともあります。

参加される患者さんから語られる内容は、病気に関することから、自分の心のうち、家族や周囲との対人関係のこと、仕事のこと、余暇活動や健康行動に関する事など、非常に多岐にわたります。したがって、参加者のみなさんを、心や体に問題を抱える人として捉えるだけではなく、体には病を抱えつつも「健康な人」として捉えるという視点も、この活動を通じて必要であると感じています。私は主に後者に主軸を置いて、グループの状況を観察し、グループ実施後の臨床心理士との振り返りの中で報告・議論しています。

### 今後の展望

このようなグループ機能を重視した支援に対しては敷居が高いのか、月によっては参加者が集まらないこともありました。もちろん、全てのがん患者さんがこのような支援サービスを利用する必要はないと思います。しかしながら、支援が必要ながん患者のみなさんの参加を促すための工夫や支援も、今後、健康心理士として考えていきたい部分だと思っています。

### 引用文献

明智龍男 (2010). 精神療法 (特集 緩和ケアと精神医学) 臨床精神医学, 39, 897-901.



40代前後の女性を対象としたグループ療法の様子

## 第 29 回大会ポスター発表賞を受賞して

「牛乳アレルギーを持つ子どもの母親を  
対象としたストレス介入プログラム  
作成の試み」



小西瑞穂（国立成育医療研究センター）  
大矢幸弘（国立成育医療研究センター）

大変光栄な賞を頂き、大変嬉しく励みになりました。本研究には、2014年度に本学会の研究・実践活動奨励賞を頂き、その後、コツコツと実践を続けてきた成果発表に今回、賞を頂きました。重ねて賞を頂いたことへの大きな喜びと共に、本研究の社会的な必要性を強く感じています。食物アレルギーをもつ子どもとその保護者は厳格な生活管理の下、毎日生活しています。その方々に少しでも笑顔の多い日を過ごしてほしいと思います。人の役に立てる研究を進めること、それが私の強い想いです。本研究の継続研究も今後発表させていただきます。

「視覚的な感性満腹感の生起における  
注意の重要性」



井上和哉（産業技術総合研究所）  
大竹恵子（関西学院大学）

この度は名誉ある賞をいただきまして、誠にありがとうございます。私の専門分野は認知心理学であるため、今回発表した満腹感の変化に関する研究も認知心理学の研究方法をベースに行いました。このため、健康心理学会の皆様にとどのような評価を受けるか心配しておりましたが、予想をしていたよりも多くの皆様に高評価をいただき、驚きとともに嬉しく思っています。今回の優秀発表賞の受賞を励みに、今後も食行動を中心に認知心理学のバックグラウンドを活かした健康心理学的研究を行いたいと考えています。

「児童の行動活性化／行動抑制傾向と  
抑うつに関連」



小関俊祐（桜美林大学）  
土屋さとみ（桜美林大学大学院）

このたびは、大変名誉ある賞を受賞することができ、岡山大会を運営してくださった準備委員の先生方、および本研究にご協力くださいました、児童の皆さま、先生方、保護者の皆さまに心より感謝申し上げます。本研究の目的は、子どもの抑うつ予防を目的とした介入の、予防効果を実証するためのプロセス変数を同定することでした。本研究の成果から、行動活性化／行動抑制傾向の機能的な変容が、予防を実証する指標となりうると考えております。今回の受賞を励みとし、一層、研究活動に力を入れていきたいと思っております。



# 大会レポート

岡山大学大学院社会文化科学研究科 鉄川大健

## 大会準備とプレセミナー

この度私は、日本健康心理学会第29回大会において、自身の研究発表に加え、実行委員の先生方や学生リーダーの指示のもと、主に大会の事前準備のスタッフとして活動しておりました。活動としては、掲示物の作成や会場設営等をしており、大会当日に、私が作成した掲示物が実際に使われているのを見て、喜びとともに胸一杯な気持ちになったことは今でも覚えています。

また、大会前日のヤングヘルスサイコロジストの会シンポジウムにも参加させていただき、健康心理学の面白さについて若手研究者同士で考え、同年代の皆様の発表にとっても刺激を受けました。その後のグルメツアーでは案内役も担い、若手研究者の皆様と岡山グルメを堪能することができました。

今大会への参加により、様々な領域で活躍されている健康心理学研究者の皆様との交流や議論ができ、とても有意義な時間が過ごせたことはもちろん、今後の研究の励みにもなりました。

岡山大学大学院教育学研究科 尾崎 萌

## 大会運営に関わらせていただいて

第29回・岡山大会も皆さまのおかげで盛況のうちを終えることができました。例えば、私がお手伝

いさせていただいた、研究倫理に関するシンポジウムでは話題提供して下さった先生方のみならず、参加された先生方も混じって積極的な意見交換が繰り広げられていました。私もつつい討論に聞き入ってしまい、自分の研究にどう反映させていくか考えさせられる貴重な機会となりました。

ほかに大会運営の一環として、岡山ならではの菓子やお弁当もご提供させていただいたのですが、先生方に大変好評で、お弁当は完売、大会両日頼んで下さった先生もいらっしまったと聞きました。懇親会では、うらじゃという岡山伝統の音頭もご覧いただくことができ、「岡山」ならではの大会を満足していただくことができたのではないのでしょうか。スタッフ、参加者の先生方全員で盛り上げ、成功のうちに幕を閉じることができました。皆さま、本当にありがとうございました。



## Health Psychologist 2017.3 ヘルス・サイコロジスト NO.72

発行	2017年3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 〒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	<a href="http://jahp.wdc-jp.com/">http://jahp.wdc-jp.com/</a>
制作	株式会社国際文献社

## 新入会員の募集 多くの方にお勧めください

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—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〉

「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。