

平成24年度 筑波大学重点公開講座

# 困難な時代を生き抜く力

## ～極限のストレス対処力を現代に生かす～

於：筑波大学 東京キャンパス文京校舎 134号室

丸ノ内線 茗荷谷駅より徒歩4分 東京都文京区大塚3-29-1

参加料：無料（事前申し込み不要）

### 日程・内容

（各講義途中からのご参加も可能です）

3/2(土)11:00—12:00

「現代のストレスに打ち克つ資質を育てる

-現代社会におけるストレス対処総論-

筑波大学医学医療系 講師 精神科産業医

笹原 信一郎

3/2(土)13:00—17:00 講義並びに公開討論

困難な時代を生き抜く力～極限のストレス対処力を現代に生かす～

セッション1 「ストレス対処・健康生成力SOCとは何か」

日本福祉大学 教授

山崎 喜比古

セッション2 「The importance of a salutogenic approach

when coping with life challenges.

人生の困難を乗り越える力 ～健康生成アプローチとは～」

ベルゲン大学 准教授

Eva Langeland

セッション3 「SOCを育む人生経験」

岡山県立大学 准教授

坂野 純子

セッション4 「SOCを高める職場条件」

放送大学 准教授

戸ヶ里 泰典

\*当日の進行の都合上、講師の登壇順並びに公開討論については、順番や時間が変更になる場合がございますので、途中から参加されるご予約の方はあらかじめご承知の上ご来場下さい。

現代日本では震災や放射線被害、心身の健康不安、食の安全、政治不安定など様々な問題が山積しており、私たちはそのような不安や悩みの激流に溺れず生き抜くことを余儀なくされています。そのような中、1970年代にAntonovsky博士が提唱した健康生成論は、何が人の健康を形成するのかという新たなパラダイムとして大きな注目を集めており、その中核概念であるSense of Coherence(首尾一貫感覚、以下SOC)は、病や悩みが避けられない現代社会において、人々がより健康に生き生きとした人生を過ごすための道筋を示すものと言えます。

本講座は、健康生成アプローチの実践で世界的に注目を集めているEva Langeland博士(ベルゲン大学)をお迎えし、日本におけるSOC研究の第一人者である山崎氏、坂野氏、戸ヶ里氏とのシンポジウムを交えた、世界的にも類を見ない貴重な講座となっております。多数のご来場を心よりお待ちしております。 講座代表 松崎一葉

問い合わせ先：筑波大学 医学医療系 産業精神医学・宇宙医学グループ

〒305-8575 茨城県つくば市天王台1-1-1 TEL: 029-853-6025 FAX: 029-853-6026