



## 精神の疾患と障害 ～心のサインへの気づきと対応～

不安や怒り、絶望などの強い感情の動きは、からだに様々な変化をもたらすことがあります。また、妊娠、出産や病気、加齢等による変化が、気持ちのあり様を左右することもあります。お互いに影響を与え合う心とからだ。このバランスが大きく崩れ、調整が難しくなって、つらく、苦しい思いを抱えている人たちに、私たちは何ができるのでしょうか。あるいは、私たちがそのような状況に陥った時に、どうすればよいのでしょうか。

この講座では、心の健康を保つ「メンタルヘルス」や自殺対策などの知見を取り入れながら、心が倒れそうな「ふし」の中を、ようぼく同士が支え合い、たすけ合って共に成人の歩みを進めるために大切なことを探り、思案を深めます。

- 期 間：立教186年(令和5年)11月26日(日)～27日(月)  
 会 場：おやさとかた南右第2棟3階  
 日 程：裏面参照  
 対 象：ようぼく  
 定 員：60名  
 受講御供：2,000円  
 携行品：筆記具  
 締切日：11月15日(水)

※定員になり次第、受付を終了しますので予めご了承ください。

下記の申込事項を明記の上、ひのきしんスクール事務局までお申し込みください。

### 申込事項

- |          |           |
|----------|-----------|
| ①受講希望講座名 | ⑤生年月日     |
| ②氏名/ふりがな | ⑥性別       |
| ③〒/住所    | ⑦直属・所属教会名 |
| ④電話番号    | ⑧教内立場     |

### 申込方法

- ・Eメール ・ホームページ
  - ・FAX ・郵送<はがき・封書>
- ※電話での申し込みはお断りしています。

お申し込みくださった方には、締め切り翌日以降に「ご案内(開催日程・会場図など)」をお送りします。

ひのきしんスクール事務局

〒632-8501 天理市三島町1-1  
 TEL 0743-63-2314 FAX 0743-63-7266  
 メール h-sc@tenrikyo.jp

ひのきしんスクール

検索

QRコード▶



<https://fukyo.tenrikyo.or.jp/h-sc/>

## 日 程 表

1 日 目 (26 日)		2 日 目 (27 日)	
13:00	受付	8:50	集合
20	開講・オリエンテーション	9:00	体験談①「コロナうつを経験から学ぶ」 三濱かずゑ 氏
30	「ひのきしんとは」 宇田 まゆみ (ひのきしんスクール運営委員)	10:00	休憩
50	休憩	10:10	体験談②「うつ病のおたすけ」 井上 隆文 氏
14:00	講義「からだに現れる心の不調」 原田 久 氏 ※質疑応答の時間も含む	11:10	休憩
15:30	休憩	20	質疑応答 【回答者】 三濱かずゑ 氏 (登壇順) 井上 隆文 氏 笹倉 雅浩 氏
40	講義・演習 「心の悩みを抱えた人への 気づきと対応」 東井 申雄 氏	12:10	【司 会】 中村 靖男 (ひのきしんスクール運営委員)
17:00	解散		閉講

### 講師紹介 (登壇順)

原田 久 氏	諏訪野分教会ようぼく。精神科医、はらだメンタルクリニック院長。訪問診療に対応するなど地域に根ざした活動を行っている。禁煙、スマホ依存防止教育にも積極的に取り組む。
東井 申雄 氏	本部青年、学生担当委員会委員。公認心理師、臨床心理士、「心理支援ネットワークてんり」事務局長。天理学寮北寮ふしん寮、地域に開かれた相談窓口「ひらく心理相談室」などでカウンセリングを行っている。
三濱かずゑ 氏	教養室世話掛、天理ファミリーネットワーク幹事。臨床心理士。 『天理いきいき通信』にエッセーを執筆中。
井上 隆文 氏	理風分教会長、ひのきしんスクール研究員。日本うつ病学会会員。20 年来、うつ病の方と家族のおたすけや支援、出版物や講演による啓発等に携わっている。
笹倉 雅浩 氏	兵庫中央分教会長、ひのきしんスクール運営委員。布教の家兵庫寮副寮長。