

日本ストレスマネジメント学会第21回学術大会・研修会

学校教育におけるストレスマネジメント教育の充実に向けて 「しなやかに生きるストレスマネジメント」をテーマに 7月29日(土)・30日(日)に新宿で開催

日本ストレスマネジメント学会（理事長：嶋田 洋徳（早稲田大学人間科学学術院教授））は、2023年7月29日（土）・30日（日）の2日間、桜美林大学新宿キャンパス（東京都新宿区）にて第21回学術大会・研修会（大会長：池田 美樹（桜美林大学））を開催いたします。

本年度のテーマは「しなやかに生きるストレスマネジメント」。ストレスマネジメントの最新の研究成果や実践事例、そして将来の展望について、学術的エビデンスに基づき、かつここでしか聴けない多彩なセッションなどを通じて議論を深めます。

【Web ページ】<https://jssm21th.sakura.ne.jp/>



学術団体ならではの多彩なプログラム

【大会企画シンポジウム】ストレスマネジメントの社会実装に向けて

企画・司会：小関俊祐（桜美林大学）・栗田駿一郎（日本医療政策機構）

話題提供：伊藤孝江（参議院議員・文部科学大臣政務官）・嶋田洋徳（本学会理事長・早稲田大学）ほか

指定討論：富永良喜（本学会顧問・兵庫教育大学名誉教授）

ストレスマネジメントは、社会のあらゆる場面で必要とされる重要なスキルです。本学会では、小学校から中学、高校に至る各教育課程において、ストレスマネジメントの授業を充実させることで子どものメンタルヘルス支援の社会実装を推進することを目指しています。本シンポジウムでは、現在政治や行政に求められている社会実装について、専門家による施策導入に向けた議論を行います。

【全体研修】脳と情報環境からみたストレスマネジメント

講師：本田学（国立精神・神経医療研究センター 神経研究所 疾病研究第七部 部長）

あらゆる生物にとっての〈本来〉の環境は、さまざまな原因により変化してしまうと、遺伝子と環境とのズレ、特に遺伝子に基づいて創られた脳と情報環境との不適合によってストレスが発生します。ストレスは、生物に新しい活性を導いて〈適応〉を加速する一方、許容限界を超えると病的な状態を導きま



<報道関係の方からのお問い合わせ先>

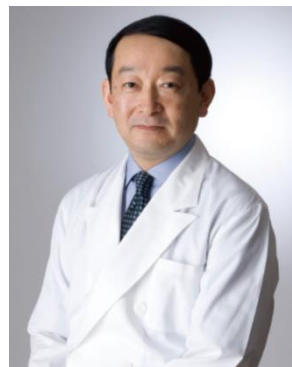
日本ストレスマネジメント学会：小関（こせき） MAIL：jssm21st@gmail.com

す。本講演では、人類本来の情報環境を再構築することでストレスマネジメントにアプローチする情報医学/医療の理論的背景と実践の試みを紹介します。

【大会企画講演】災害支援とストレスマネジメント（仮題）

講師：丸山嘉一（日本赤十字社本社医療統括監）

災害支援とストレスマネジメントは密接に関連しています。災害時には、被災者や支援者のストレスが高まります。被災者は、住む場所や家族を失ったり、生活が一変したりすることで、精神的な負担を強いられます。支援者は、被災者のために多くの仕事をこなし、その間に自身のストレスもたまっていきます。ストレスが長期間続くと、うつ病や不眠症、心身症などの健康問題が生じる可能性があります。本講演では、これまで多くの被災現場における実践例をもとに、災害に備えて必要なメンタルヘルスの知識について解説します。



丸山嘉一氏

【その他の講演、研修】

CBTの基礎と応用、学校におけるストレスマネジメント、心身の健康とストレスマネジメントなど全8講演

女性研究者によるさまざまなアプローチ

「今回の大会では、大会長の池田美樹氏をはじめ、多くの女性研究者による、ストレスマネジメントに関するアプローチが紹介されます。

Covid-19の世界的な流行下で人々が模索してきた新たな生活様式と共に、人々の価値観、ひいては生き方の多様性は、さらに広がってきており、殊に生活者の立場におけるギャップの解離、および従来の制度との不整合などが、ストレスの諸因として着目されるようになってきました。

ジェンダーバイアスが問題になっている昨今、女性ならではの視点から明らかにされる、メンタルヘルスにおけるさまざまな課題と取り組みにご期待ください。



現場で役立つ「ストレスマネジメント®実践士」資格取得のための研修も

今回の大会で実施される研修を受講すると、学会認定資格「ストレスマネジメント®実践士」取得に必要な研修をすべて受講することができます。ストレスマネジメント®実践士は、心身の健康の維持増進及び疾病の予防と回復を目的に基礎研究と実践研究を通して、「地域社会へ貢献できる人材」であることを日本ストレスマネジメント学会が認証するものです。

現代社会で求められる、ストレスマネジメントに関する正しい知識と技術を習得していることの証明として、今後大いに注目される資格のひとつです。

「ストレスマネジメント®実践士」

<https://plaza.umin.ac.jp/jssm-since2002/qualification/>

日本ストレスマネジメント学会について

本学会はストレスマネジメントの研究実践の5分野である、「基礎・医療分野」、「教育・特殊教育分野」、「ライフスタイル分野」、「災害支援分野」、「産業・労働分野」に着目し、それらの分野で必要とされるストレスマネジメント実践に関する知識やスキルの標準化を目指しています。さらには、これらの標準的な知識やスキルを兼ね備えた方々を「ストレスマネジメント®実践士」として学会認定し、適切なストレスマネジメントの考え方やさまざまなテクニックを広く知らしめ、学術的研究はもちろんのこと、ストレスマネジメントの実践も含め、ストレスマネジメントの研究者と実践家が交流できる場の提供を行っています。

【概要】

名称：日本ストレスマネジメント学会

事務局所在地：〒980-8576 宮城県仙台市青葉区川内 27-1 東北大学大学院教育学研究科 前田駿太研究室
理事長：嶋田 洋徳（早稲田大学 人間科学学術院 教授）

設立：2002年

事業内容：関連分野におけるストレスマネジメントの正しい普及、教育および研究の促進。学会誌「ストレスマネジメント研究」の発行（年2回）等。日本学術会議協力学術研究団体。HP：<https://plaza.umin.ac.jp/jssm-since2002/>

<報道関係の方からのお問い合わせ先>

日本ストレスマネジメント学会：小関（こせき） MAIL：jssm21st@gmail.com