

# IMJ NEWS LETTER

支部だより

## 「東日本大震災と原発事故被害地「ふくしま」から

今村 幸子 福島県支部事務局長



講演者 丹羽真一支部長

演 題

「福島の復興・再生とメンタルヘルス」  
被災の状況と復興・再生の状況～「福島第一原発事故による被害～風評被害～避難者の現況・帰還の状況～福島県避難者意識調査～除染の状況～産業復興の状況～県民健康管理調査～子どもの甲状腺検査の状況～県民のメンタルヘルスの状況～県民健康管理調査—こころの健康度・生活習慣～妊婦のうつ～ふくしま心のケアセンター～子どものストレス～虐待～震災関連死～自殺～支援者のメンタルヘルスの問題～福島県の被災地自治体職員のメンタルヘルスに関する調査～福島の再生とメンタルヘルス～除染作業～復興公営住宅～インフラ整備～再生可能エネルギー～復興・再生の拠点づくり～ふくしま心のケアセンターの事業～アウトリーチによるサービス提供～放射線医学県民健康管理センターの事業～母と子の支援～精神科入院患者マッチング事業～高齢者支援等」とたくさんの内容を詳しく解説いただきました。参加者の皆様は、熱心に聴講されていました。

もう一つの事業として、11月8日福島県支部と（NPO法人「復興支援ヨーガの風」との合同講演会を開催、3名の講師へご講演をお願いいたしました。

合同講演会では、

熊代永顧問の開会挨拶

仁田新一理事長のメッセージを東北支部事務局長代読

■講演者

福島県立医科大学医学部災害

こころの医学講座教授 前田正治先生

演 題

「福島県被災者の

メンタルヘルスを考える」

「福島県では原発災害の影響が甚大、心の問題は原発事故へのトラウマがほとんどである。あいまいなまま、自分の生活史が壊れ自分が何者かというアイデンティの危機で、うつ病が多い。福島の復興で今、大切な事は、住民を守る公務員を守っていないと大変、怖いのは、自治体職員がいなくなると警鐘された。」

■講演者

福島大学人間発達文化学類教授

白石豊先生

演 題

「ストレス軽減とパフォーマンスのための  
ヨーガセラピー」

I 私のメンタルトレーニング小史

(1) 「ソビエトの専門書でイメージトレーニングを知る

- (2) 鮮明なイメージを想起する二つの条件
- (3) 大野清志先生(教育心理学)から自律訓練法を学ぶ
- (4) 大阪大学名誉教授佐保田鶴治先生(故、大阪大学名誉教授との出会い)
- (5) 木村慧心先生から、ラージャヨーガを学ぶ(1988年10月)

## 2 郡山消防署員へのヨーガセラピー指導(2013年8月)

### ■講演者

日本ヨーガ療法学会理事長 木村慧心先生  
演 題

「トラウマをヨーガで克服する～その指導法と奏功機序」

伝統のヨーガをふまえてヨーガセラピーへ(17年前より対応)

福島の大震災被災者へのトラウマケアとして、ボストン大学医学部教授ヴァンデアコーク先生が、福島大学でワークショップ講演開催された際、トラウマに対する治療的効果はヨーガが有効と解説されている。米国での交流でも確認。

ヨーガを行うことで自分の身体感覚を取り戻すことができる。自分で感じて脳と肉体が統合されて、気づいていくことができること。

ヨーガセラピーでは、ヨーガから見た人間の構造論である(人間五蔵説・人間馬車説)と聖典群を基準とした人間機能論があること解説。

ご参加いただいた皆様は、各講師の講演を熱心に聞かれておりました。またお互い講師の質問も熱心になされました。

