

こころの健康づくりシンポジウム実施報告

標記の件について、下記のとおり報告します。

記

<開催内容>

1. 日 時：平成 29 年 12 月 16 日（土）14：00～16：00
2. 場 所：日本赤十字豊田看護大学 講堂
3. テーマ：こころの健康づくりシンポジウム～こころの病とこころの癒し～
4. 講 師：座長 村瀬雅俊
(京都大学基礎物理学研究所・京都大学未来創成学国際研究ユニット)
大野照文（三重県総合博物館館長）
柴田一成（京都大学大学院理学研究科附属天文台長）
村瀬智子（日本赤十字豊田看護大学学部長）
5. 参加者：67 名
6. 内容：スライド資料を用いての講義、パネルディスカッション、DVD 上映
7. アンケート結果：参加者数 67 名中、アンケート回収 52 名（回収率 78%）

①あなた自身について、お尋ねします。

■年齢

参加者年代	参加人数
20代	3名
30代	7名
40代	11名
50代	16名
60代	13名
70代	1名
80代	1名

■性別

性別	人数
男性	13名
女性	39名

■ 居住場所

居住場所	人数
豊田市	20名
みよし市	1名
その他愛知県内	25名
	6名

■ 交通手段

交通手段	人数
車	42名
スクールバス	6名
その他	4名

② 今回のシンポジウムの開催を、どのような方法でお知りになりましたか。
(複数回答有)

方法	人数
本学ホームページ	6名
本学からの案内チラシ	27名
ポスター	6名
人から勧められた	18名
その他	5名

③ 今回のシンポジウムの内容について、ご感想をお聞かせください。

感想	人数
非常に良かった	19名
まあまあ良かった	26名
あまりよくなかった	0名
よくなかった	0名

⑤ 今回のシンポジウムの内容について特によかった点、悪かった点をお聞かせください。
(抜粋)

- ・ 看護だけの見方ではなく、古生物、宇宙、音楽という異色の分野からの病や癒しにつながる見方、捉え方が非常に共感できた。それぞれの捉え方がそれぞれ独創的でおもしろかった。
- ・ シンポジウムと DVD の両方とも心と宇宙、健康のつながりのコラボレーションがおもしろかったです。
- ・ 太陽とその影響、看護の意味することと、人と病との付き合い方などたいへん興味

深かった。

- ・失敗を認める発表、いいですね。
- ・スケールの大きなテーマで良かった。看護も他領域の学問とコラボするのが大切ですね。
- ・人間の中で生きている以上は、人間はストレスの中で生きにくく病気になります。癒し方をもう少しわしく聞きたかったです。
- ・プレゼンテーション後の討論が良かったです。
- ・医学の視点以外からこころを捉え、講演されたため違った角度から学習できてよかった、大野先生、柴田先生の話をしっかり聞いてみたいと思った（時間の関係でカットされていたため）。
- ・DVD が少し長かった。宇宙、古生物、看護など色々な視点から考えを聞くことができてよかった。
- ・村瀬智子先生の話が非常にわかりやすかった。
- ・異分野との共存をテーマにされ大変興味深い内容でありました。もっと聴かせていただきたいかった。
- ・古生物の世界や宇宙からの視点で、こころについて考えていくことができたのが良かったです。太陽フレアと血圧との関係などはもっと知りたいと感じた。
- ・まったく知らない視点からの知識の提供があった点。
- ・とっても勉強になりました。もっと学びたい、知りたいとおもいます。
- ・4名の先生方の知識と考え方に感動しました。これからの生涯に生かせるかどうかは…。
- ・先生方の講演の時間が短く、もっと1つ1つ具体的に聞きたかった。看護だけの狭い視点でなく楽しめた。
- ・映像と音楽での表現を目の当たりにしたのは初めてであり、理解できにくい点もありましたが、表現の不思議さに感動させられた面もありました。初めての経験でした。ありがとうございました。
- ・間違っって失敗してもいい、そこから新たな発見があるという言葉に勇気もらった。
- ・生命の進化、太陽活動の変化が健康・病気と関係することが大きな視点から論じられて興味深く拝聴しました。看護・ケアの進歩についても分かりやすく教えていただきました。
- ・心と自意識、太陽フレア；磁気あらしとの関連が心の病、いやしに結びついていく点が興味深かったです。村瀬先生の人の中で闇、人の中で回復、とらえ方によって弱みが強みになっていく、押しつけることなく人格尊重など、あまりにも時間が短く、もっと聞き入っていたいお話でした。ありがとうございました。
- ・こころの病やこころについて、宇宙、古生物の進化の過程から考えていくところが面白かった。
- ・メンタルヘルスを自分の中に落とし込む方法が、今一步理解が深まらなかった。

- ・ ころの健康に関する内容が少なく感じました。
- ・ いろいろな分野からころについて学ぶことができるとてもよかった。
- ・ DVD 大蛇と音楽とえいぞうがとてもよくマッチしていて大迫力だった。間違っても失敗してもいい。そこから新たな発見があるという言葉は勇気をもらった。
- ・ 日本社会 全体が病んでいる。
- ・ それぞれ興味深い話でした。時間が短いので、あまり深く理解できずもったいないなと思いました。
- ・ 磁気と健康学がおもしろかった。
- ・ 各分野の先生の貴重なお話を聴くことができましたので良かったです。お話が壮大でこういうお話がされることは予想していませんでした。そういう観点から時間が短くて、聞き取りにくいところがあったので、プレゼンはもう少しゆっくりと聞きたかったです。(村瀬先生 特に聞きたかったです) 心をとらえる事ができるのだなと思いました。少しずつ色々お話が聞けたのはよかったです。
- ・ 心の病の講演はよかったです。私は3年前に主人を39歳の若さで亡くしました。癌で主人がなくなって以降、不安障害になり治療中です。
- ・ 演題から、私勝手に「トランスパーソナル心理学」的な、神がかり(?)的な内容を妄想していましたので、拍子抜けです。(笑)
- ・ 講演の中の資料があると良い。もう少し身近な話かと思って参加しましたが、少々難しく思いました。柴田先生の話はおもしろかった。村瀬先生のようなテーマをもっと知りたかった。討論はおもしろかった。
- ・ 心は古くからあった。太陽に心身は影響される。
- ・ 普段交流のない世界の人達の話の聴けた。タイトルはダイナミックだったが実際は違う。

⑥この講座に参加して感じたことについて、それぞれの設問回答人数

1、知識や教養が深まった とてもそう思う・・・・・・・・・・25名

まあまあそう思う・・・・・・・・・・23名

どちらでもない・・・・・・・・・・3名

あまりそう思わない・・・・・・・・・・2名

全くそう思わない・・・・・・・・・・1名

2、日々の暮らしを豊かにし、生きがいを得られそうと感じた

とてもそう思う・・・・・・・・・・15名

まあまあそう思う・・・・・・・・・・20名

どちらでもない・・・・・・・・・・16名

あまりそう思わない・・・・・・・・・・2名

全くそう思わない・・・・・・・・・・1名

3、健康問題に対する意識が深まった

とてもそう思う・・・・・・・・・・ 17名
まあまあそう思う・・・・・・・・・・ 15名
どちらでもない・・・・・・・・・・ 19名
あまりそう思わない・・・・・・・・・・ 2名
全くそう思わない・・・・・・・・・・ 1名

4、ストレスと上手く付き合っていけそうと感じた

とてもそう思う・・・・・・・・・・ 15名
まあまあそう思う・・・・・・・・・・ 18名
どちらでもない・・・・・・・・・・ 18名
あまりそう思わない・・・・・・・・・・ 2名
全くそう思わない・・・・・・・・・・ 1名

⑦今後どのような内容のシンポジウムに参加したいと思いますか。

- ・シリーズ2回目をお願いします。今回と同じシンポジスト・座長で。来年も参加します。
- ・今回と同じ内容で同じシンポジストでお願いしたい
- ・老いと心、老いと肉体、老いと幸せについて。意識とは何か、心・魂・心霊そしてAI。
- ・これでいい。壮大なスケールですてきでした。
- ・今回と同じゲストの方でお願いします！！
- ・少子化が進み世の中の老人人口が多くなっていく中で、生きにくい世の中で老人がいかにして心も体も生き続けていけるか考えたい。
- ・こころの病とこころの癒しパートIIを希望します（年齢に応じた）。
- ・SNSが与える心理的影響について。
- ・ストレスと病気の関係性について。
- ・「人生の生きがい」をどう感じていたらよいか。
- ・“眠り”についての新知見、多角的視点など。
- ・運動と心、栄養と心。
- ・精神科患者とのかかわり、看護、疾患について。
- ・今回のように、自分が許されている、安心してよいところにいて自由な発想をもってよいという元気が出るシンポジウム。
- ・病気とは何か、病気にかかるとは何かを考えさせられる内容で勉強になりました。
- ・生活の質に重点を置いた老後の生き方など
- ・発達障害が楽になる方法。

- ・心の病気、治療の仕方
- ・村瀬先生の話をもっと聞きたい。言葉がとても分かりやすかった。

⑩その他（講師へのメッセージ、ご意見・ご感想などをご自由にご記入ください。）

- ・堅苦しくなくてよかった
- ・大学のホームページは1週間前くらいの掲示だったのでもっと早く知りたかったです
- ・せっかくの機会なので、大学の中（一部でも可）の見学も希望者があれば検討してほしい（例：研究施設、図書館、学食など）
- ・DVDの鑑賞は時間的に長く聴き疲れする。3～4曲の抜粋で十分かと…
- ・席があいていてもったいないです。もっとPRしたらどうですか
- ・本日はありがとうございました
- ・医学・看護学以外の先生の講演は角度が違っておもしろかった。しかし全てつながりがあるという認識が深まった。あまり、太陽について知らなかったので、映像を興味深く拝見した。神秘的だった
- ・喜多郎さんの音楽と映像が美しかった！！大野先生の話をもっと聞きたかったです
- ・プレゼンテーションの時間が短かったので、もう少し長くしてほしい
- ・討論での先生方の話しはわかりやすくおもしろかったです
- ・これら3人の先生方の話を各15分と、それに関するシンポジウムが20分くらいではもったいないという思いがしました。喜多郎氏のDVDもすばらしいが、この3人の先生方のシンポジウム、討論、それに関する質問時間を設けて、新たな知見の掘り下げを行っても良かったのでは？という思いがします。それほど興味深く拝聴させて頂きました。
- ・各演者に30分くらい必要だったと思いました（素晴らしい内容なので）。“間違いを奨励する社会”素晴らしいと思いました。
- ・都合が悪くなった時、ストレスを感じた時、“磁気嵐”のせいにするのもいいなと思ってしまいました。
- ・DVD上映時間が長い。掻いつまんで紹介してほしい。
- ・双子座流星群を見るのに久しぶりに空を見上げてしまいました。その先には今日の映像のような世界が広がっていることを知ることができとても良かったです。こんなに美しく貴重な映像が見られてありがとうございました。癒されました。うつ病の治療をもう3年も続けている家族がいます。本人は病気になったことを申し訳なく思っていますが、今度は「病になってもいいんだよ」とちゃんと言ってあげられると思います。
- ・マイクが良くなく聞き取れない。
- ・音楽DVDも心癒される時間になりました。（ちょっと長かったので、少しこの時間をプレゼンの時間にあてたほうが良かったです）
- ・ちなみに、私の思う宇宙（感覚）とは、仏教で言う「ご縁」のような或いはアドラーの言う「共同体感覚」のような…。追伸、喜多郎さんより、メシアンの「トゥーランガ

リーラ交響曲」のほうがよっぽどめくるめく世界！

- コミュニケーションやリカバリーの話をもっとゆっくり聞きたかったです。
- アクセスの方法を案内に詳しく書いていただけると助かります。