

第30回内観療法ワークショップ in 弘前

心 ゆるゆる
あずましい わたし

※あずましいーリラックスして心身ともに気持ちのいい状態を表す津軽弁。

内観とは、自分自身を知るための自己観察法です。内観って何だろうとお思いの方、人間関係でちょっとお疲れの方、人とのつながりをよりよいものにしたい方、対人援助をお仕事にされている方、内観療法を学ぶこのワークショップで“あずましい わたし”と出会ってみませんか？

◆ 平成 30年 9月 29 日(土) 受付12:00 開会12:30 ~ 17:30

9月 30 日(日) 受付 8:30 開会9:00 ~ 14:30

◆ アソベの森・いわき荘 (青森県弘前市 岩木山のふもとの温泉郷)

主催： 日本内観学会 後援： 青森県・青森県教育委員会・弘前市・弘前市教育委員会・青森県臨床心理士会
青森県精神保健福祉士協会・公益社団法人青森県社会福祉士会・東奥日報社・陸奥新報社・NHK 文化センター弘前

♡ お問い合わせ先

弘前内観めぐみの集い（津軽内観研修所内） 阿保

TEL 090-7332-2961

e-mail naikanwshiro@gmail.com

《 プログラム 》

日	時 間	内 容	
1 月 29 日 目 (土)	12:00~12:30	受 付 (会場でプロジェクターによる内観の紹介)	
	12:30~12:40	開 会 行 事	
	12:40~13:10	講演 1 「内観とは」 阿保 周子 (津軽内観研修所)	
	13:10~13:50	講演 2 「精神医療における内観療法の実際 ～マインドフルネスと内観療法～」 塚崎 稔 (三和中央病院)	
	14:00~14:15	内観実習及び分科会の講師紹介	
	14:45~17:30	内 林 孝次 (山陽内観研修所) 観 (山陽内観研修所) 実 竹中 哲子 (ひろさき親子内観研修所) 習 他 ※会場毎に 休憩・解散	分 科 会 A 「医療と内観」 塚崎 稔、 河合 啓介 (国立国際医療センター国府台病院) B 「埋もれた記憶の中に眠る生きるヒント」 高橋 美保 (東京大学)、橋本 章子 (帝京大学) C 「内観絵本心理講座」 藤 恵子 (マザーリーフ)、光岡 亜希子 (マザーリーフ) D 「依存症のグループ活動 ～内観療法的視点を加えて～」 熊澤 由美子 (秋田大学)、堀井 茂男 (慈恵病院)
	18:30~20:30	懇 親 会	
2 月 30 日 目 (日)	8:30~ 9:00	受 付 (会場でプロジェクターによる内観の紹介)	
	9:00~ 9:40	講演 3 「内観 ～自分との出会い～」 高橋 美保	
	9:40~10:20	講演 4 「内観に求める癒し～現代医学と心の救いについて～」 長田 清 (長田クリニック)	
	10:30~12:00	シンポジウム 「内観の可能性を探る」 座長：堀井 茂男 真栄城 輝明 (佛教大学・大和内観研修所) ・内観研修所の立場から 林 孝次 ・医師の立場から 河合 啓介 ・学校心理士の立場から 森下 文 (奈良女子大学)	
	12:00~13:00	昼 食	
	12:45~13:00	昼食後尺八演奏 山田 史生 (根笹派錦風流尺八青森県芸芸保持者) ※場所は2F会場	
	13:00~13:20	内 観 体 験 発 表	
	13:20~14:20	つながる内観 ～内観への想い、疑問などを率直に話しあおう～ 長田 清	
	14:20~14:30	閉 会 行 事	

“あずましい わたし”と出会ってみませんか？

「あずましい」という言葉は、私たち津軽人が温泉に浸かった時や心地いい状態の時など思わず出てしまう言葉です。身心共にゆったりしてこの言葉を発する時のこの上ない幸せな感じは、集中内観を終えた時の気分と似ているように思い、テーマに入れることにしました。

内観療法ワークショップは今年で 30 回目を迎え、内観学会と内観医学会が合併して初めてのワークショップになります。各方面の素晴らしい先生方を講師としてお迎えすることができました。りんごが赤く色づき始めるこの季節、岩木山の麓の温泉郷にある「いわき荘」を会場に皆さんと共に有意義な時間を過ごせればと思います。スタッフ一同、皆様のお越しを心よりお待ちしております。

第 30 回内観療法ワークショップ in 弘前 実行委員一同