

## 『森田療法』市民公開講座 「心の健康セミナーin帯広」

# ～悩みや生きづらさを乗り越えるために～

人は、社会生活の中で悩みや生きづらさがありますが、その生きづらさからくる違和感を避けて神経症・うつ・パニック障害・強迫観念など不安障害で悩んでしまいます。

この不安障害を乗り越えるために、日本独自の精神療法である「森田療法」のわかりやすい概念及び治療方法などを紹介する講演会です。

また、講演者の精神科医の諸先生、並びに生活の発見会会員への質疑・応答の時間も用意していますので、どなたでも参加できるセミナーです。

日時

平成25年1月26日（土） 14:00～16:50  
（開場13:30）

会場

帯広とかちプラザ 2階 視聴覚室

主催

日本森田療法学会北海道森田療法研究会・NPO 法人生活の発見会  
（財）メンタルヘルス岡本記念財団

後援

帯広市

開催主管

生活の発見会 帯広集談会

## プログラム

開会挨拶

北海道森田療法研究会代表

芦沢 健

NPO 法人生活の発見会紹介

生活の発見会理事

栗山 茂

パネルディスカッション（指定討論）

### 「医療と自助グループでの森田療法の実態」

司会：コーディネーター

芦沢 健（苫小牧植苗病院長、北海道森田療法研究会代表）

講演者：パネラー

坂井 敏夫（大江病院 名誉院長 生活の発見会協力医）

山田 秀世（札幌 大通公園メンタルクリニック院長）

井関 渉（大通公園メンタルクリニック精神保健福祉士、生活の発見会北海道学習委員）

基調講演

～悩みや生きづらさを乗り越えるために～

比嘉 千賀（さいたま市ひがメンタルクリニック院長）

閉会挨拶

大通公園メンタルクリニック院長 山田 秀世