

## 特別講習会

テーマ 『医療現場におけるマインドフルネス』

2019/1/26 (土) 9:30 ~ 16:30

参加費：会員 ¥14,040- (税込) / 非会員 ¥17,280- (税込)

申込期間：12月7日(金) ~ 12月21日(金)

2018年度の新企画

がんの臨床現場における  
患者や医療者の皆さんの  
心理的なサポートについて  
学びませんか？がんの臨床現場での  
マインドフルネスの活用

9:30 ~ 12:30

保坂隆先生による理論講義

マインドフルネス瞑想とは、60年代にアメリカに渡った仏教瞑想を元にして、そこから仏教的な要素を抜いた瞑想のことです。これは、うつ病のような精神疾患に効果があるばかりでなく、がんなどの身体疾患をもった患者さんの不安やうつを軽減することがわかっています。

本講習会では、マインドフルネス瞑想の定義や歴史、臨床応用などを概説し、最新の脳科学的研究についても紹介します。そして、実際にさまざまな瞑想を体験していただき、患者さんに応用できる自分なりのモデルを考えていただきます。



保坂 隆 先生  
保坂サイコオンコロジークリニック院長  
聖路加国際病院診療教育アドバイザー

マインドフルネス実践  
～今に帰り私に帰る～

13:30 ~ 16:30

川畑のぶこ先生による実践講習

私たちの悩みのほとんどは、過ぎてしまった過去に心が引き戻されてしまっているか、まだ起きていない未来に心が連れ去られてしまっているかのどちらかが原因で生じています。マインドフルネス瞑想は、そんな彷徨う私たちの心を、今この瞬間に戻し、自分自身に帰るための実践です。マインドフルネスは日常生活のあらゆる場面に取り入れることができるものです。

本講習会では、マインドフルネス呼吸瞑想、トータルリラクゼーション、歩く瞑想、食べる瞑想などを紹介し、皆さんと一緒に実践したいと思います。



川畑のぶこ先生  
心理療法家  
NPO 法人サイモントン療法協会副理事長

メール、ハガキまたはFAXにてお申し込みください。

区分番号	特別-4 保坂・川畑	申込専用メールアドレス	tokubetsu04@mlaj.jp
------	------------	-------------	---------------------

申込方法：講習会の申込期間内に、メール、ハガキまたはFAXにてお申し込みください。(詳しくは裏面をご覧ください。)

募集定員：30名

申込条件：当協会の養成講習会中級修了以上の方

会場：〒143-0016 東京都大田区大森北 4-1-1 東京衛生学園専門学校 1F セミナールーム

## 申込条件

当協会の養成講習会中級修了以上の方

## 申込手順

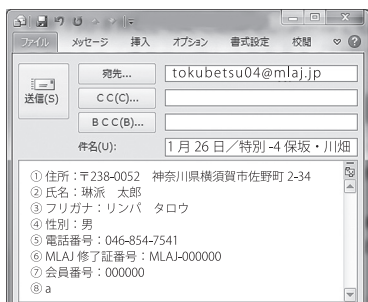
1. 講習会毎に指定された申込期間内に、(A) メール、(B) ハガキ、または (C) FAX にてお申し込みください。
2. 応募者多数の場合は会員の方を優先に抽選とし、事務局より申込者全員に、12月25日(火)に結果通知を郵送します。
3. 受講可能な場合は、結果通知とともに受講料の「払込取扱票」が送付されます。  
※入金締切日の翌日から講習会前日までのキャンセルの場合は、受講料50%、当日以降の場合100%のキャンセル料が発生します。  
※受講者数が最少催行人数に満たない場合や、天災・災害など開催が難しいと判断した場合、日程・カリキュラムが変更・中止となる場合がございます。予めご了承ください。

## (A) メールによる 申し込み方法

### メールによる申し込み方法

1. メールの件名に、希望する講習会の「開催日/区分番号」を明記します。(1月26日/特別-4 保坂・川畑)
2. メールの本文に以下①～⑧を入力し、講習会毎に指定された「申込専用アドレス」に送信ください。  
(全項目必須)
  - ① 〒 住所
  - ② 氏名
  - ③ フリガナ
  - ④ 性別
  - ⑤ 電話番号
  - ⑥ MLAJ 修了証番号
  - ⑦ 会員番号 (会員の方のみ)
  - ⑧ この講習会をどちらでお知りになりましたか。
    - a. 当協会ホームページ
    - b. チラシ
    - c. 当協会以外のホームページ ( )
    - d. その他 ( )

メールの入力例



3. 協会より、受付完了のメール(自動返信)が届きましたら、受付は完了です。  
※返信メールが届かない場合は、受付が完了していない可能性があるため、事務局にご連絡ください。  
(TEL 046-854-7541 / 火～金曜 11:00～17:00)  
※ドメイン拒否設定をされている方は、協会ドメイン(\*\*\*@mlaj.jp)からのメールを受け取れるように設定をお願いします。

## (B) ハガキによる 申し込み方法

### ハガキによる申し込み方法

申込期間内に、ご希望の講習会の「開催日/区分番号」(1月26日/特別-4 保坂・川畑)と、左記(A)の2の①～⑧項目をご記入の上、官製ハガキにてお申し込みください。

## (C) FAX による 申し込み方法

### FAX による申し込み方法

申込期間内に、ご希望の講習会の「開催日/区分番号」(1月26日/特別-4 保坂・川畑)と、左記(A)の2の①～⑧項目をご記入の上、FAXにてお申し込みください。

〒238-0052 神奈川県横須賀市佐野町2-34  
神奈川県衛生学園専門学校内  
日本医療リンパドレナージ協会 事務局  
FAX 046-854-7542

セラピストと患者をつなぐ、リンパ浮腫医療のプラットフォーム



特定非営利活動法人  
日本医療リンパドレナージ協会  
Medical Lymphdrainage Association of Japan