

Social Workers Day 2016 in Gunma

人は、
人に傷つき、
人に癒される。

対人援助と“癒し”について
さまざまな分野・職種の方々と
いっしょに学び、語りたい。

開催日時 2016年7月10日(日)13時開始(12時30分～受付)
開催場所 群馬県社会福祉総合センター 大ホール
(前橋市新前橋町13-12)

講演 「援助する私たちは、なぜ苦しいのか」

癒しの体験 「ラフターヨガ」

主催：ソーシャルワーカーデー2016 in 群馬 実行委員会
群馬県社会福祉会、群馬県精神保健福祉士会、群馬県医療ソーシャルワーカー協会

群馬県社会福祉総合センター 8階 大ホール

[プログラム]

時 間	内 容
12 : 30	受付
13 : 00	開会
13 : 00	主催者挨拶 「ソーシャルワーカーデー2016 in 群馬」実行委員長 群馬県社会福祉士会 会長 滝澤俊幸
13 : 05	来賓挨拶 群馬県健康福祉課 課長 北爪清 様 群馬県社会福祉協議会 会長 片野清明 様 来賓紹介 群馬県地域包括ケア推進室 室長 田村裕 様 群馬県医務課 課長 武藤幸夫 様 群馬県障害政策課 次長 見城秀樹 様
13 : 15	講演「援助する私たちは、なぜ苦しいのか」 講師 原 敬 氏（さいたま赤十字病院 緩和ケア診療科 部長 がん相談支援センター長、臨床倫理委員会委員長）
14 : 45	休憩
15 : 00	癒しの体験「ラフターヨガ」 講師 女屋かほる 氏（群馬ラフターヨガクラブ代表）
16 : 00	クロージングメッセージ
16 : 10	主催者挨拶 群馬県医療ソーシャルワーカー協会 会長 中井正江
16 : 15	閉会

講演 「援助する私たちは、なぜ苦しいのか」

講師 原 敬 氏（さいたま赤十字病院 緩和ケア診療科 部長
がん相談支援センター長、臨床倫理委員会委員長兼務）

<講師プロフィール>

原 敬（はら たかし）

さいたま赤十字病院 緩和ケア診療科 部長（緩和ケアチーム専従）
がん相談支援センター長、臨床倫理委員会委員長を兼務

消化器外科医 20 年、緩和ケアチーム医 10 年を通じて、ホスピス・緩和ケア病棟ではなく、がん治療現場の患者・家族・がん治療チームスタッフが抱える苦しみへの援助に取り組んでいる。

専攻：消化器外科学、医学哲学倫理学、医療倫理学、対人援助論、緩和ケア

著書、論文：

スピリチュアルケア（生きる意味への援助）（共著）2004

一般病棟における緩和ケアマニュアル（共著）2005

生命倫理学事典（共著）2007

医療倫理学のABC（共著）2016

などの他、外科系、医学哲学・倫理学系論文





癒やしの体験 「ラフターヨガ」

講師 女屋かほる 氏（群馬ラフターヨガクラブ代表）

<講師プロフィール>

女屋 かほる（おなや かほる）

大学卒

結婚後、専業主婦を経て

1991年 株式会社ジーシーシーにパートタイマー入社

1997年 分社により株式会社群馬電子計算センターに正社員として転属

2008年～2011年 総務課 課長

2011年 役職定年に伴い退職

群馬ラフターヨガクラブ／カオン・パーソナルサポート 代表

在職中、企業研修や学生へのキャリア教育に携わる中で、コミュニケーションがうまく取れずに、心や体にストレスを抱えている人が多くいることを知る。ラフターヨガの効用を知り、2009年11月にラフターヨガ・ティーチャーとなり、同年12月に群馬ラフターヨガクラブを設立。

以来、ラフターヨガを取り入れた企業研修を行っている。

また普及活動として、体験セミナーや地域の公民館活動、社会福祉協議会からの委託事業、医療機関での研修、老人施設等でのボランティア活動などでラフターヨガを伝えている。

クラブ設立から6年間で延べ750回・26,000名以上の方々とラフターヨガを行ってきた。

また「認定ラフターヨガ・リーダー養成講座」を40回以上開講し、270名を超えるラフターヨガ・リーダーが誕生している。

保有資格：

ラフターヨガ・ティーチャー、キャリアコンサルタント

PHPビジネスコーチ、NLPマスタープラクティショナー

中級教育カウンセラー、生涯学習1級インストラクター

ビジネスマナーインストラクター、TF Tアルゴリズムセラピスト

ラフター（笑い）ヨガとは

インド人医師マダン・カタリアと、ヨガの熟練者である妻のマデュリ・カタリア夫妻によって考案された「笑い」に「ヨガの呼吸法」を組み合わせた、まったく新しい笑いの健康法です。

ラフター（笑い）ヨガでは誰もが冗談やユーモア、コメディなどに頼らず、理由なしに笑えます。

また、グループを作り、目と目を合わせながらのつくり笑いは、いつのまにか伝染し、本物の笑いになっていきます。

私達の脳は、つくり笑いと本物の笑いを区別できないことが科学的に証明されていることから、つくり笑いでも、健康上では本物の笑いと同じ効果が得られます。

1995年、インドの公園で5人から始まり、今では世界100か国以上に広がり、職場・医療・福祉・教育の現場や、糖尿病やがんの患者会、といったあらゆるところに取り入れられ、世界中のメディアにも取り上げられています。

「笑いは副作用のない薬」とも言われ、子供からお年寄りまで、いつでも・どこでも・どなたでも、楽しむことができる、新しい健康法として注目されています。

笑いは体の中枢にはたらきかけ、病気に対しても有効なことが証明されています。

免疫異常が原因で笑いが役立つ病気としては、リウマチのほか、気管支喘息、アトピー性皮膚炎、膠原病などがあります。また、糖尿病・高血圧・癌などでも効果が認められています。

健康な人でも、脳が活性化しひらめきがよくなったり、笑ってリラックスすると話の理解力が高まる、ストレスが軽くなる、老化防止などのメリットがあります。

大笑いすれば少々のストレスは吹き飛ばしてしまうでしょう。

「認定ラフターヨガ・リーダー養成講座」

2日間の「認定ラフターヨガ・リーダー養成講座」修了者は、ラフターヨガのリーダーとして、教室を開く・ボランティア活動をする、などに必要な技術が学べます。

また、自分自身をもっと日常に笑いを増やしたいという方も、2日間の養成講座で、とても楽に笑えるようになります。ご興味のある方は事務局までお問い合わせください。

090-6138-2084(木々) 090-1852-8428(カウ) k.kirari-08@friend.ocn.ne.jp

(群馬ラフターヨガクラブの活動は、NHK「おはよう日本」(2011年11月5日放送)で「笑って心の健康を」というタイトルで全国に紹介されました)



ソーシャルワーカーデー2016 in 群馬

実行委員会名簿

氏名	所属	備考
滝澤 俊幸	群馬県社会福祉士会 会長	実行委員長
林 次郎	群馬県精神保健福祉士会 会長	顧問
中井 正江	群馬県医療ソーシャルワーカー協会 会長	顧問
新井 康法	群馬県社会福祉士会	
吉澤 道子	群馬県社会福祉士会	
星野 久子	群馬県社会福祉士会	
前原 健一	群馬県社会福祉士会	
小川 貴之	群馬県社会福祉士会	
狩野 敦	群馬県精神保健福祉士会	
中島 基彰	群馬県精神保健福祉士会	
和深 睦美	群馬県精神保健福祉士会	
竹内 勇治	群馬県医療ソーシャルワーカー協会	
青木 優一	群馬県医療ソーシャルワーカー協会	
山浦美和子	群馬県医療ソーシャルワーカー協会	
河野 彰男	群馬県医療ソーシャルワーカー協会	

(順不同)