

Pia

ヘルスカウンセリング学会お仲間通信
メルマガぴあVOL17. 2025
Summer夏号

学会からのお知らせ

第32回ヘルスカウンセリング学会大会について

オンラインZoom配信

2025年9月27日(土)・28日(日)

「才能ある個性をどう活かすか

ー神経発達症（発達しょうがい）ではなく個人の特性」

●大会参加費：

- ・学会員 5,500円税込（2024年度の年会費納付済）
- ・非会員 6,500円税込
- ・大学院生 2,000円税込（学生証写真の提出）
- ・学部生/専門学校生 1,000円税込（学生証写真の提出）
- ・高校生以下 無料

●学会大会HP QR



●ワークショップ参加費：2,500円税込(一律)

※ 振り込み先等詳細は、学会大会HPよりご確認ください。

2025年9月27日 (土)

12:30~13:45	基調講演：宗像恒次学会長「才能ある個性をどう活かすか ー神経発達症（発達しょうがい）ではなく個人の特性」
14:00~15:00	講演：北村義博「光の芸術 フィーリングアーツ」
15:15~16:45	シンポジウムⅠ：「育む場づくり」
17:00~18:30	懇親会（自由参加）

2025年9月28日 (日)

10:00~12:00	口頭発表
13:00~14:00	講演：岩波 明「発達障害とは何か ～診断と治療について」
14:15~15:45	シンポジウムⅡ：「活躍できる環境づくり」
16:00~18:00	ワークショップ：「SAT療法体験会～日々の気になることから解放されませんか？ 感じ方を変えて楽になる体験～」 ワークショップ参加費：2,500円税込(一律)

●申し込みフォーム：

<https://forms.gle/GWfhrcTGu2XDFRjw8>

※参加費（年会費の振込もあわせてお願いします。）の
振込み完了後、申し込みフォームにてお申し込みください。

●申し込み期日：2025年9月19日(金)17時まで（振込み・申込み完了）

●申し込みフォーム QR



☆昨年同様、ミニセミナーを2025年11月より開催を予定しております。
詳細は学会大会後、学会HPに掲載いたしますので、楽しみになさってください。

事務所移転のお知らせ

平素より格別のご愛顧を賜り、誠にありがとうございます。
このたびNPO法人ヘルスカウンセリング学会および株式会社SDS/SAT療法センターは、2025年8月1日より下記の同住所へ事務局を移転いたしましたので、ご案内申し上げます。

あわせて電話番号も変更になりましたので、ご確認のほど宜しくお願いいたします。メールアドレスに変更はございません。

●新住所：〒273-0124千葉県鎌ヶ谷市中央1丁目14-40
<https://maps.app.goo.gl/rZ2gYSQtwW13zH9v5>

●新電話番号：
047-440-8725（NPO法人ヘルスカウンセリング学会）
047-440-8726（株式会社SDS/SAT療法センター）

●最寄り駅・アクセス
「新鎌ヶ谷駅（しんかまがや）」東口より 徒歩11分
・京成成田空港線-北総線
・東武アーバンパークライン
・京成松戸線

●新事務局地図



《問い合わせ先》

◆NPO法人ヘルスカウンセリング学会

電話：047-440-8725

メール：info@healthcounseling.org

受付：火・水・金曜10:00～16:30(祝日休み)

◆筑波大学発ベンチャー株式会社SDS SAT療法センター

電話：047-440-8726

メール：info@kksds.com

受付：火・水・金曜10:00～15:00(祝日休み)

ご不便をおかけいたしますが、今後とも変わらぬご愛顧を賜りますようお願い申し上げます。

NPO法人ヘルスカウンセリング学会
筑波大学発ベンチャー株式会社SDS/SAT療法センター

訃報



悲しいお知らせです。ヘルスカウンセリング学会の設立当初より、事務局長として学会を支えてこられた川幡和子様、2025年7月23日にご逝去なさいました。

川幡さんは今年の2月に家庭菜園をしていて転倒し、骨折されて療養中でしたが、その後誤嚥性肺炎となり治療半ばにして、残念ながら帰らぬ人となってしまいました。本当に残念です。

学会に古くからおられる方は、セミナーの度に川幡さんにお会いになっていると思います。懐かしく思い出される方もおいでなのではないでしょうか。川幡さんは、いつも電話で会員からの悩みや相談に乗っておられ、ちょっとしたカウンセリングにもなっていたように思います。

学会を退職されてからもSATの普及に力を入れておられ、ご自宅で講座を開催され、私が講師を務めさせていただいておりましたが、コロナのあおりで中断していました。

お通夜には宗像恒次学会会長も参列され、私も告別式に参列し最後の旅立ちまでお見送りして参りました。たくさんのお花に囲まれ、とても和やかで暖かいご葬儀でした。

学会からは弔電とお花を供えさせていただきました。

心よりご冥福をお祈り申し上げます
合掌

ヘルスカウンセリング学会副理事長
矢島京子



3つの心の本質的欲求

ヘルスカウンセリング学会長 筑波大学名誉教授 宗像恒次

今回よりSATの基本の考え方についてお伝えする。

SAT療法のもっとも基礎になる考え方として、人が幸せになる三つの愛、すなわち三つの心の本質的欲求がある。これは1996年に宗像が提唱した理論である。

一つ目は、慈愛願望欲求で人から愛されたい、認められたい、受け入れられたい、信じて欲しい、わかって欲しい、大事にして欲しい、など他者に求める愛である。宗像の心の発達課題と併せて考えると、この慈愛願望欲求は脳細胞の定着する10歳前後までに親から十分満たされることが大切であり、十分満たされると次の段階の自己信頼欲求（自分への愛）を持つことが出来る。

自己信頼欲求は20歳くらいまでに満たされることが重要であり、人が何と思おうと、自分を愛したい、信じたい、認めたい、大事にしたい、成長させたい、自信を持ちたい、など自分への愛である。幼少期にたとえ親から慈愛願望欲求を満たしてもらえなくても、中学時代に部活の部長や生徒会などで活躍して自分に自信が持てるようになり、学校の先生や部活の先輩などが認めてくれることで、自信を持てるようになると、自己信頼欲求が持てるようになり、自己報酬の行動が出来るようになる。

次の段階にあるのが、人から何と思われようと無条件に人を、愛したい、認めたい、信じたい、守りたい、やさしくしたい、などの他者に対する無条件の愛、すなわち慈愛欲求である。親はこの無条件の愛で子育てすることが重要である。慈愛欲求で育てられると子どもは慈愛願望欲求が満たされ、自信のある子に育つが、親の言いなりに育てようとすると子は慈愛願望欲求が満たされず、大人になってからも愛して愛して、認めて認めてとなってしまう、他者報酬を求めるためストレスを抱えやすい。

心の欲求の3段階モデルでは、愛されることで自分を愛せるようになり、他者を愛せるようになるが、必要な場面で愛の欲求が満たされないと、トラウマが生じると考えている。つまり、愛して欲しい時に愛されないと慈愛願望欲求が傷つき、自分で自分を守れなかったときに自己信頼欲求が傷つき、大切な人を守れなかったときに慈愛欲求が傷つき、トラウマとなる。愛の未充足感は、心の傷（トラウマ）のイメージとして記憶に残っていて（扁桃体や海馬など）、記憶した時と同じような状況になるとフラッシュバックし、現在の自己コントロールを不能にする。

また、過去や現在の愛の未充足感は、未来へのネガティブイメージをつくり、それが現在をよりマイナスに認知させ、心を不安定にする。我々の思考や行動はいずれかの心の本質的欲求に基づいているが、SAT療法ではこの三つの愛の欲求を満たすべく、様々な技法を用いてストレス問題を解決している。



理事会だより



大問題!? 議事録をどうするか

理事長 南雲陽子

前回に引き続き会議の様子をレポートします。会議と言えば議事録。今回は議事録についてのお話です。

突然ですがヘルスカウンセリング学会の正式名称をご存じですか? 「特定非営利活動法人(NPO法人)ヘルスカウンセリング学会」です。

『「NPO」とは「Non-Profit Organization」又は「Not-for-Profit Organization」の略称で、様々な社会貢献活動を行い、団体の構成員に対し、収益を分配することを目的としない団体の総称です。このうち、特定非営利活動促進法に基づき法人格(注)を取得した法人を、「特定非営利活動法人(NPO法人)」と言います。』

内閣府のホームページから丸写しをしてしまいましたが、要するに「社会貢献活動をしますよ、営利目的ではないですよ」ということを条件に、税制などで普通の会社等より優遇される、社会的信用度が高い等のメリットがあります。ただし、それゆえにいろいろと面倒な手続きやら細かい規制も当然あります。事務処理がちょっとでも規則と違えば、やりなおしやら、罰則やら…「まあいいか」ではすまないんです。この面倒な細かいことを全てやってくれる事務局の負担は大変だと思います。本当に頭が下がります。

さて、こういう厳しい規制のひとつに「議事録の整備」があります。理事会をやったら、きちんと書式にのっとった議事録を残さなくてはならないのです。

これを誰が書くのかが以前はちょっとした大問題(!?)でした。専任の書記はいないので理事の誰かが書くことになりましたが、その人は記録を書きながら自分も話し合いに参加するという離れ業(!!)を演じることになりました。世の中には話しながらキーボード入力できる人がいるようですが、そんな人でもいない限り、後で録画を見ながら文字起こしをしてまとめるしかありません。みんな忙しい身の理事たちですからなるべくそれは避けたいのは一緒…ということで毎回、書記を決めるのが最初の議題?という状態でした。いや別に揉めるとかそういうことはありませんけどね。

ところが少し前から画期的な展開でこの問題解決の道が開けたのです。何を隠そうAIの活用です。Zoomが自動的に文字起こししたものをAIが議事録の形にしてくれるというものです。勿論その後人による点検、修正は必要ですが。AIに詳しい理事の提案で始めたこの方法、世の中の進歩に感謝です。



会員からのメッセージ

田中京子先生を偲んで

ちくばクリニック 竹馬庸裕

田中京子先生は1972年1月11日に生を受け、2023年10月28日（享年51歳）にカウンセラーとしての人生の幕を閉じられました。あまりにも早すぎる旅立ちでした。世の中には優れたカウンセラーが多くいらっしゃいますが、田中先生はクライアントに深い愛を持って常に真摯に向き合う、唯一無二の存在でした。

約10年以上前、田中先生が筑波大学大学院を修了し東京から福岡に戻られると聞いて、当院でのカウンセリング研修をお願いしました。以来、2ヶ月に一度、お亡くなりになる直前まで、スタッフへの指導を続けていただきました。毎年講義内容は洗練され、一つ一つの言葉がより深みを増していきました。経営コンサルタントでさえ解決できなかった問題を、田中先生は集団カウンセリングという形で介入し、一人ひとりのスタッフの心に焦点を当てた指導をされました。自分の問題から目を背け、その場をしのごうとするスタッフには、温かく受け止めながらも、問題と向き合うよう率直に導かれる姿を何度も拝見しました。スタッフは田中先生のカウンセリングを通して自分自身と向き合い、大きく成長していきました。

田中先生は甲状腺疾患やSLEという病気を抱えておられました。SLEは関節、腎臓、皮膚、粘膜、血管の壁に起こる慢性かつ炎症性の自己免疫結合組織疾患です。田中先生は自己カウンセリングの達人で、甲状腺の病気はSATカウンセリングによって克服されました。最後はSLE腸炎との闘いでした。腸は最も根源的な組織です。自分と真摯に向き合った者だけが到達できる、自己の存在の深遠な課題と対峙し、常人が知り得ない、精神的深みを極められたのだと思います。

田中先生が51年の生涯を通して私たちに残してくださったものは計り知れません。自分と向き合い、自分を愛し、自分を許し、自分らしく生きることが身をもって教えてくださいました。死はひとつの通過点に過ぎず、命は続いていきます。きっと次の世界でも多くの人々を導き、私たちを見守ってくださっていることでしょう。残された私たちの使命は、田中先生の尊い志を継承し、一人でも多くの方が自分らしく生きられるよう支援していくことだと思います。

田中京子先生との出会いに心から感謝し、謹んでご冥福をお祈りいたします。





田中真理子様から

竹馬先生に届いた田中京子先生の妹様の田中真理子様からのメールです。
ヘルスカウンセリング学会の皆さんへのご紹介の許可を頂きました。

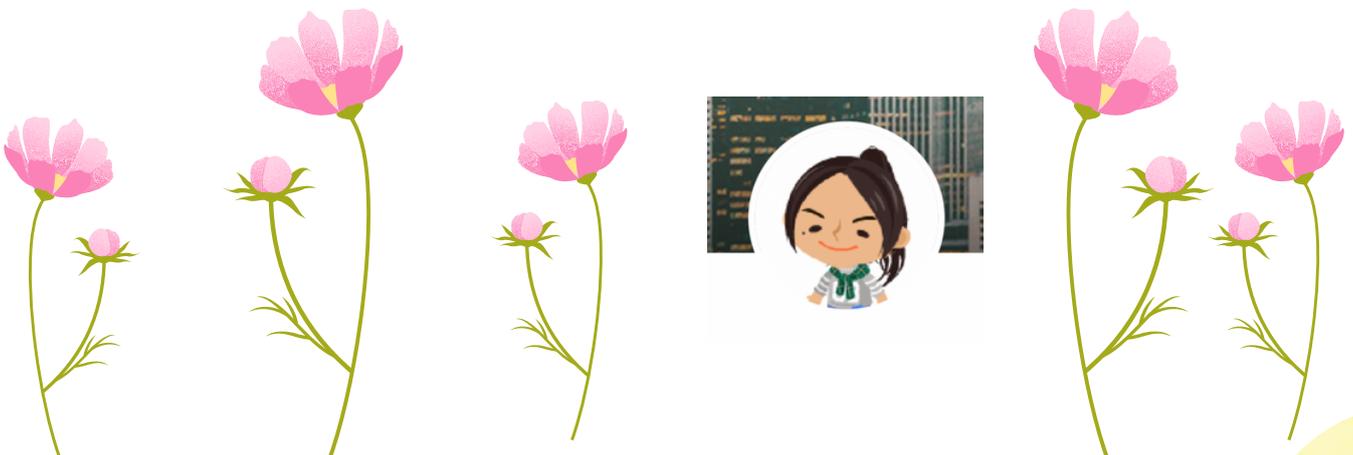
大変あたたかいお言葉で僣んでいただきありがとうございます。
こうして姉が大好きな方々から思い出していただくこと、何より嬉しく思います。

とても頑張り屋さんで、入院中にまだ動ける時は筋力を維持しようと病院の廊下を毎日2万歩以上歩いていました。そんな様子をみた病棟の患者さん達から『オーラがありますね』などと話しかけられたり、病院のお友達たちからも慕われている様子でした。弱さを見せず、最後まで家族の心配までしてくれました。

竹馬先生、ヘルスカウンセリング学会の皆様、つくしんぼクラブの皆様など沢山の方々へ

本人から直接言えなかった
『ありがとう』を伝えたいです。
大好きな皆様と笑顔で再会することをどんなに望んでいたことでしょう。

田中真理子



会員からのメッセージ

能登半島地震から一年七か月 珠洲市からの復興報告

篠原京子

はじめに

能登半島地震から一年七か月が経過いたしました。皆様には、変わらず被災地に温かいお心を寄せていただき、心より感謝申し上げます。「復興は進んでいるのか」「どのような状況なのか」と今なお気にかけていただくこと、それこそが私たちにとって何よりの励みとなっております。

珠洲市の現状と復旧の進展

私が住む珠洲市は、地震と津波の被害が最も深刻だった地域です。奥能登の「陸の孤島」とも呼ばれるこの地では、復興の遅れがしばしば報道されてきました。しかし、全国の皆様からの温かいご支援により、以前とは異なる形ではありますが、生活インフラは完全に復旧し、倒壊家屋の撤去作業もほぼ完了に近づいています。

被災者が直面する住まいの課題

現在、被災者にとって最大の懸念は、仮設住宅の入居期限が来年に迫っていることです。特例により一年間の延長が認められましたが、今後の住まいについて本格的に検討する時期を迎えています。市では災害公営住宅の建設に向け、建設用地の確保や必要戸数の把握を急いでいる状況です。被災者が長期的に安定した生活を営めること、特に高齢者の方々が終の棲家を得られることを心から願っております。

深刻な人口減少と地域経済への影響

復興に向けた最大の課題は、震災後の大幅な人口減少による過疎化の進行です。珠洲市の人口は2025年1月時点で震災前の36%減となり、10,000人余り（GPS想定人口 6～7,000人）まで減少しました。地域の宝立小中学校の全生徒数は、わずか37名という状況です。もともと人口の少ない地域でしたが、将来の進学や就職を考慮した若年層の転出が相次いだことが大きな要因となっています。

地域経済への深刻な打撃

人口減少は市内の企業や商店にも深刻な影響を与えています：

- 廃業や大幅な規模縮小を余儀なくされる事業者が続出
- 従業員不足により、週の半分のみでの営業や数時間のみでの営業で対応
- 雇用創出に向けた政策展開が急務

移住者の募集やUターンの呼びかけを行いたくても、地域全体が壊滅的な状態にあり、その取り組みは並大抵のことではありません。補助金や支援金を活用した起業も数件見受けられますが、人材不足や市場の縮小により、持続可能な事業として定着させることは容易ではないのが現実です。（次頁へ続く）



(前頁からの続き)



リブート珠洲の取り組み ～防災観光という新たな挑戦～

私の夫が主催する「リブート珠洲」では、防災観光という新しい視点から復興支援に取り組んでいます。被災の現状や復興の過程そのものを観光資源として活用し、実際の被災地で「防災について学ぶ」機会を提供しています。

多様な参加者と実績

このツアーには、全国の自治会や防災会、大学などの教育機関、企業の社会貢献活動、地方議員による行政視察など、幅広い方々にご参加いただいています。2024年7月の開始以来、補助金や行政支援を一切受けることなく、すでに7月末で約2,000人以上の方にご参加いただき、さらに1,500名以上の方からご予約をいただいております。今後の展開計画としましては、「防災学びの拠点」となる土地を確保し、震災の記録写真館、被災地ならではの防災セミナー会場、車中泊用の簡易宿泊施設などの整備を計画しています。

おわりに

困難な状況は続いておりますが、珠洲の美しい自然と、訪れてくださる皆様の温かいお心を胸に、一步一步着実に復興への道を歩んでまいります。今後とも、変わらぬご支援とご協力を賜りますよう、心よりお願い申し上げます。



ありのままにクラシックコンサートを楽しんだら扁桃体が喜んだ。

SOM勉強会 まみっち



最近縁あって2か所でオーケストラのコンサートを聴く機会があって、久しぶりでSATでよく言われる右脳全開で聞いてみた。

1か所は、アリーナの大きな会場で音響環境が悪かったのも、一生懸命音を響かせようとしている演奏者が気の毒思えて右脳に響かず、せっかくの一流楽団の良さが感じられず残念に思った。

もう一つのコンサートは、小さいながらもちゃんとした音楽ホールで、楽団ものびのびと演奏しているさまが心地よく右脳に響き、扁桃体が震える感覚が味わえて感激して、思わず拍手と一緒にブラボーと叫んだ。アンコールもセビリアの理髪師序曲で、気持ちよく振るアップテンポの指揮にしっかり最後までついて行って、これまた圧巻の演奏に感激してブラボーを連発した。

図らずも2か所で聞き比べたようになったが、演奏場所で聞こえ方が全然違うことを身を持って体験した。こんなことを書くと場所が限定されるが、いまだに音楽ホールの建設で議会がもめているので、なかなか音楽ホールが建てられなくて、文化的後進県になっているが既存のホールのスタッフの頑張りで良い演奏が楽しめられている。

聞く側としては、せっかくの機会を十分楽しめるように、オープンマインドで聞けば、扁桃体が喜ぶんだと実感した次第。



編集後記

6月の初め、飼っているわんこが胆嚢摘出手術をしました。その後肝臓の数値が悪化し、コルチゾールの数値も上がり、お薬の毎日です。他にも胆汁を出す薬とか飲んでいるのですが、何に混ぜても薬だけペツと吐きだし、上手に残しません。最後の砦が「削り節」。一度ではうまくいきませんが何度か混ぜていると、飲んでくれてホッとします。散歩も半分の日間になり、運動不足で私の総コレステロール値がちょっと上がってしまいました。範囲内ではありますが。お犬様さまだったと改めて気づかされました。

(やじま)

今年の夏は激夏で、いやはやまいました。通常なら短時間でも朝夕と草木の調整などの作業ができるのですが、夕方の涼しさがありません。一瞬油断して熱中症にもなりかかり、お墓参りも朝の5時台にさっさと行ってきました。もう、こういうときは猫のまねがいちばんです。昼間の活動はやめて、朝と夕方だけちょっと活動。すきなものをすきなだけ食べときました。暑さも生理的なストレス。ところが、自然に生えている草や木は一体として生きているのでしょうか。不思議に元気。猫も先生ですが、植物も動物より先に地球に住んでいる先生ですね。(めめ)

大切な友人や先輩方の訃報が続き、命の尊さを思う中で恒例のお盆の帰省。年々年老いて小さくなっていく母と、ますます元気でわんぱくになっていく曾孫たちの姿に世代の移り変わり、人生の大きな流れを感じずにはいられませんでした。「今を大切に」「感謝」を心に刻んだ夏でした。

それにしても暑いですね！まだしばらく暑さが続きそうですが、9月27日、28日の学会大会では、皆さまにお会いできることを楽しみにしています！

(まき)



PIA に投稿してみませんか？

-メルマガ「ぴあ」は季節ごとに発行される会員交流のためのニュースレターです-

会員の方々の近況報告など、投稿いつでも募集中です！
編集部員、お手伝い、ゲストライター募集中。
ご寄稿いつでも大歓迎です。

ご連絡は下記、矢島京子までお願いします。

kyoko-kodomonokokoro@nifty.com

お写真とコメント
なども大歓迎！

■メルマガ「ぴあ」編集発行■ めるまががかり (矢島京子・長野真紀・萩名子)