

2015年度 公開講座

# 心の健康セミナー・仙台

森田療法は、わが国の精神科医・森田正馬(まさたけ)によって1919年(大正8年)に創始された神経症に対する独自の精神療法です。

神経症とは、主に心理的原因によって生じる心身の機能障害であり、健康な人が普段から体験するような心や身体に対する感覚や感情が行き過ぎたような状態です。

今回は「ストレス社会をどう生きるか～森田療法の視点から～」と題して、森田療法の考え方からストレス社会の生き方について解説します。

日時:11月8日(日) 13:00～15:20  
(開場12:30～)

場所:仙台市若林区荒町市民センター

仙台市若林区荒町86-2 TEL:022-266-3790

## 【プログラム】

- ① 「ストレス社会をどう生きるか～森田療法の視点から～」  
館野 歩(東京慈恵会医科大学附属第三病院 精神神経科 診療部長)
- ② NPO法人生活の発見会の紹介
- ③ レクレーション 学生落語 2席

【定員】 100名 事前申し込みは不要です。当日直接会場にお越しください。  
※定員になり次第締め切りとさせていただきます。

【参加費】 無料 どなたでもご参加いただけます。

森田療法は強迫性障害・対人恐怖症・パニック障害・不安障害などを対象とした精神療法ですが、近年では気分障害(うつ病・うつ状態)に対しても活用されております。

またストレス社会といわれる現代、わたしたちの生き方に多くの示唆を与えてくれます。

## 【お問合せ】

東北森田療法研究会事務局・寺島

電話:080-4515-4054

メールアドレス: [touhokumorita@ybb.ne.jp](mailto:touhokumorita@ybb.ne.jp)

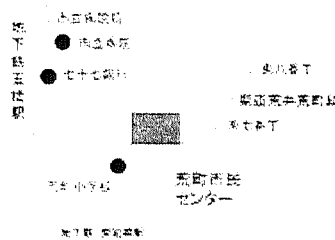
主催:東北森田療法研究会

共催:NPO法人生活の発見会

後援:公益財団法人メンタルヘルス岡本記念財団

協力:東北大学・落語研究部

## 【会場地図】



交通案内:地下鉄五橋駅下車 徒歩5分