

～心と体の健康づくり 医療・ヨガ・心理・宗教の智慧～

いのち大切シンポジウム2022

私たちは、昨今の未曾有の疫病、風水害、地震などの猛威にさらされ、いままで当たり前と思っていた生き方を改めなくてはならなくなりました。新型コロナの影響下では、誰もが孤立無援の暗闇に取り残されてしまうかもしれない不安に陥り、希望を失い多くの人が自ら命を絶たんとするようになりました。一人一人がもう一度「いのち」を繋ごうとするためには何が必要なのでしょうか。当NPOでは10年以上にわたり自殺で命を落とそうとする人に気づき、寄り添い、必要な支援につなげていくための人材（ゲートキーパー）養成、自殺未遂者支援、精神保健の普及啓発などを通して心に「憂い」を抱えている人に「癒し」を届けようと様々なイベントを開催してきました。苦しみのひとつの知恵だけでは取り除けるものではありません。難病に向き合うため、しっかりとしたエビデンスに裏付けられた医療、実存的苦悩に対峙する責任ある宗教的思考、正しい健康増進を日々探求しようとしてこそはじめて未曾有の苦悩に打ち勝つことができるのではないのでしょうか。今回は文殊の知恵を出し合って、生きるため避けては通れない苦悩に対していかにむきあっているのかということをご一緒と考えてみたいと思います。

日時 **2022年 2月20日(日)** 14:00～16:10
※配信は和歌山ビッグ愛 会議室(和歌山市手平2-1-2)
※興味がある方であればどなたでもご参加いただけます。

参加無料
会場 **20名**
オンライン **50名**
(先着順・要申込)

場所 **和歌山ビッグ愛9階会議室(先着20名)
及びオンライン(50名)ハイブリッド開催**
※新型コロナウイルスの状況によってはオンラインのみに変更する場合があります。

info@cocosapo.netよりミーティング情報を送ります。
メールを受けられるよう設定をお願いします。Wi-Fiまたは有線環境でのご参加をお勧めします。

第一部 14:00～14:30 講演「願いに生きる」



藤岡 延樹

(浄土真宗本願寺派 古今山 楷定寺住職 公認心理師、
宗教文化士、ミュージシャン、YouTube南無安堵ピース主宰)

浄土真宗本願寺派楷定寺住職。龍谷大学大学院博士前期課程修了。大学院在学中に故西光義敏師の提唱した「真宗カウンセリング」に出会う。以後、心理学や心理療法、瞑想やボディワーク等幅広く研究。インドの瞑想センターや、カンボジア、台湾など、アジアの瞑想の伝統に学び、遂にはタイで一時出家。仏教宗派や心理学流派にとらわれない実験の場として「Re:Vision!」を主宰する。現在、様々なワークショップでのファシリテーターや、民間のカウンセラー養成講座の講師、ビハラー研修講師、セラピストらへの仏教瞑想の指導も行っている。またアーティストとしても活動。enju名義で『Little Planet』『Reverb』と2枚のCDアルバムをリリース。AmazonやiTunesにて絶賛販売中。YouTube南無安堵ピース主宰

第二部 14:35～15:25 ヨーガ療法実習



岡 良夫

(日本ヨーガ療法学会認定療法師
日本ヨーガ療法士協会和歌山幹事)

ヨーガ・アシュヴィン主宰
1982年、ヨーガに出会う。その後佐保田鶴治師に学び木村慧心氏に師事。1999年S-VYASA Yoga Therapy Instructors' Course修了。日本ヨーガ療法学会認定療法師 日本統合医療学会認定療法師(ヨーガ) インド政府QCIヨーガ指導者任意認証試験レベル2取得。
現在、各クラスの指導と福祉・医療・教育施設に於いてヨーガを通じ社会貢献活動している。2021年には和歌山県から高野山での開催を要請された国際ヨーガDAY関西2021 in 和歌山を在大阪・神戸インド総領事館との共催で6月19日、20日の二日間開催し、大成功に導いた。

第三部 15:35～16:05 ワークショップ『実存的苦悩に対峙する』

コーディネーター：**東睦広** (NPO心のSOSサポートネット理事長・日本赤十字社和歌山医療センター精神科部長)
パネリスト：**藤岡 延樹／岡 良夫**

お申し込み方法

ホームページからの
申し込みフォームで
お申し込み下さい

【申し込み期限】 **2月18日(金)17:00**

右のQRコードからも申し込みフォームにアクセスできます。

※視聴用URLは2月19日土曜日にメールで送ります。
※お申し込みに対する返信は定員オーバーのみとさせていただきます。
※お申し込み頂いた時点で返信がなければご受講いただけますのでご安心下さい。
※お申し込みの際に頂戴する個人情報は当NPOからのご案内のみに使用させていただきます。



特定非営利活動法人 **心のSOSサポートネット**

E-mail: info@cocosapo.net / http://cocosapo.net
〒640-0334 和歌山市冬野1045番地

主催：特定非営利活動法人 心のSOSサポートネット

後援：和歌山県・和歌山県教育委員会・和歌山市・和歌山県精神科病院協会・和歌山精神神経科診療所協会・公益社団法人和歌山県看護協会
一般社団法人日本精神科看護協会 和歌山県支部・和歌山県精神保健福祉士協会・一般社団法人和歌山県社会福祉士会・和歌山県臨床心理士会
和歌山県公認心理師協会・若者サポートステーションWith Youわかやま・エフエム和歌山（順不同・申請中を含む）

【和歌山県自殺対策強化補助金・若年層対策事業】

こころの安全パトロール隊員 オンライン養成講座

～絶望に照らすヒカリを求めて～

新型コロナウイルスや、風水害、震災など、私達は今まで当たり前だと思っていた日常を失いました。強烈なこころの痛みに耐えきれなくなり、自ら命を絶とうとする人が増えています。また、みずからの身体を傷つけてしまう、たくさんお薬をのんでしまうなど、いつ命を落としてもおかしくない行動をとってしまう人もいます。

深い悲嘆、絶望に向き合うためには、もっといろいろなことに気づき、学び、こころがけないといけないことがあるのかも知れません。自殺予防ゲートキーパーのアドバンスコースでは、実際にいのちを絶たんとして行動してしまう人にかかり添っていくか、皆さんと考える研修となります。すでに、ベーシックコースを受けられた方、自殺予防に関わっておられる自殺予防実務者の方、ふるってのご参加お待ちしております。

2022年
3月13日(日)

Zoomによるオンライン

info@cocosapo.netよりミーティング情報を送ります。
メールを受けられるよう設定をお願いします。
Wi-Fi環境での参加をお勧めします。

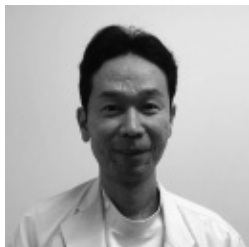
アドバンス

時間：10:00～12:00
対象者：ベーシック受講済みの方
精神保健福祉に携わっている方

フォローアップ

時間：13:00～15:00
対象者：ベーシック・アドバンスを受講した方で
ゲートキーパーとして活動されている方

【講師】 東睦広 [NPO心のSOSサポートネット理事長
日本赤十字社和歌山医療センター精神科部長]



1967年和歌山市生まれ
日本赤十字社和歌山医療センター精神科部長
和歌山県立医科大学精神科教授だった父の影響もあり、精神科医療を通じて人々の幸せな生活に貢献することを志す。
認知行動療法をはじめ様々なメソッドも駆使し懸命に治療にあたるが、自ら命を絶つ人が減らない現実と直面し、診察室だけでの治療に限界を感じる。地域社会に心の病の知識をもちながら見守りしてくれる人々が増える必要性を実感し、2010年にゲートキーパーの養成を目的としたNPO法人心のSOSサポートネットを設立。約1500人のゲートキーパーを送り出した。
NPOでの主な活動はゲートキーパーの養成としてベーシックコース、アドバンスコース、フォローアップ、講師養成コースを設置。普及啓発のためにFM877で「心の病を知ろう」という番組を担当。9月と2月の自殺予防週間にはいのち大切キャンペーン、いのち大切シンポジウムと銘打ったイベントを開催し、いのちの大切さや心のセルフケアについて一般の人々に向けて発信している。
祖母が神職だったこともあり宗教にも強く、宗教的な癒しや救いを心のセルフケアに効果的に取り込むよう仏教、キリスト教等の宗教者とのコラボにも積極的にチャレンジしている。

お申し込み方法

【申し込み期限】 **3月11日(金)17:00**

ホームページからの申し込みフォームでお申し込み下さい

QRコードからも申し込みフォームにアクセスできます。

- ※視聴用URLは3月12日土曜日にメールで送ります。
- ※お申し込みに対する返信は定員オーバーのみとさせていただきます。
- ※お申し込み頂いた時点で返信がなければご受講いただけませんのでご安心下さい。
- ※お申し込みの際に頂戴する個人情報は当NPOからのご案内のみに使用させていただきます。



特定非営利活動法人 心のSOSサポートネット

E-mail: info@cocosapo.net / http://cocosapo.net
〒640-0334 和歌山市冬野1045番地

主催：特定非営利活動法人 心のSOSサポートネット

後援：和歌山県・和歌山県教育委員会・和歌山市・和歌山県精神科病院協会・和歌山精神神経科診療所協会・公益社団法人和歌山県看護協会
一般社団法人日本精神科看護協会 和歌山県支部・和歌山県精神保健福祉士協会・一般社団法人和歌山県社会福祉士会・和歌山県臨床心理士会
和歌山県公認心理師協会・若者サポートステーションWith Youわかやま・エフエム和歌山（順不同・申請中を含む）

【和歌山県自殺対策強化補助金・若年層対策事業】