

● 会場案内 ●

げんゆう そうきゆう
玄侑 宗久



1956年福島県三春町生まれ。慶応義塾大学文学部中国文学科卒業。現在は福聚寺住職の傍ら、花園大学仏教学科および新潟薬科大学応用生命科学部の客員教授、福島県警通訳、福島県立医科大学経営審議委員、「たまきはる福島基金」理事長、鈴木大拙館アンバサダーなど。2001年、『中陰の花』で第125回芥川賞受賞。また2007年には柳澤桂子氏との往復書簡「般若心経 いのちの対話」で第68回文藝春秋読者賞、2009年、妙心寺派宗門文化章受賞。2012年、仏教伝道協会より第一回沼田奨励賞受賞。2014年には東日本大震災の被災者を描いた短編集『光の山』にて芸術選奨本賞受賞。近著は『風流ここに至れり』（幻戯書房）、『仙厓 無法の禅』（PHP研究所）、『ないがままで生きる』（SB新書）、『やがて死ぬけしき』（サンガ新書）、『莊子』（NHKブックス）など。

公式サイトは、<http://genyu-sokyu.com>

推薦図書

- 「いのちのままに」 徳間書店(2014)玄侑宗久
- 「実践! マインドフルネス」 サンガ(2016)熊野宏昭
- 「新世代の認知行動療法」 日本評論社(2012)熊野宏昭
- 「マインドフルネスそしてACTへ」 星和書店(2011)熊野宏昭



早稲田大学国際会議場

〒169-0051 新宿区西早稲田1-20-14
TEL 03-5286-1755 FAX 03-5272-2063

〈アクセス〉
地下鉄東西線「早稲田」駅 徒歩8分
都電荒川線「早稲田」駅 徒歩3分



共催：NPO法人 不安・抑うつ臨床研究会
持田製薬株式会社

事務局：NPO法人 不安・抑うつ臨床研究会
(医療法人和楽会 心療内科・神経科 赤坂クリニック内)
〒107-0052 東京都港区赤坂3-9-18 BIC赤坂ビル6F
TEL 03-5575-8198 FAX 03-3584-3433
ホームページアドレス：<http://www.fuanclinic.com>
E-Mail：waraku@fuanclinic.com

不安の医学
第24回都民講演会

テーマ
「マインドフルネス」



平成29年2月26日(日)
早稲田大学国際会議場

不安の医学 第24回都民講演会

— テーマ —

「マインドフルネス」

日時 平成29年2月26日(日)
13:30～
(開場は開演の30分前)

場所 早稲田大学国際会議場

入場料 無料

<はじめに>

今回はマインドフルネスをテーマに致しました。マインドフルネスストレス低減法(MBSR)は米国マサチューセッツ大学医学部教授であったカバット・ジン博士が1990年に公表した新しい治療法です。

当時カバット・ジン博士は、慢性疼痛や不安・抑うつなどの治療抵抗性の高い患者を集めて、MBSRによって好ましい効果を得たことで世の中の注目を浴び始めました。それ以来、米国では各大学心理学科にマインドフルネスセンターが置かれるほど、流布してきております。

日本では、2007年に早稲田大学の春木豊教授により、『マインドフルネスストレス低減法』翻訳の復刻版が発刊され、さらに2012年にカバット・ジン博士が来日し東京でシンポジウムが開かれたことで、世間の注目を浴び始めました。カバット・ジン博士はMBSRの源流は日本の禅であると断言されています。いわば、日本の禅が西洋に渡り、それが医療手段としてマニュアル化されて逆輸入されたといえます。

当日は、マインドフルネスの日本の医学での現状、脳科学、また、禅の始祖とも考えられる達磨や白隠の話題が中心となる予定です。

多くの皆さまのご来場をお待ちしております。

平成29年 睦月

● 13:30～ はじめに

貝谷 久宣

医療法人和楽会理事長/NPO不安抑うつ臨床研究会代表

● 13:40～

「マインドフルネスの臨床

～特に不安障害、気分障害患者を中心に～

演者/貝谷 久宣

医療法人和楽会理事長/NPO不安抑うつ臨床研究会代表

座長/野村 忍

早稲田大学人間科学学術院 教授

● 14:30～

「マインドフルネスの科学」

演者/熊野 宏昭

早稲田大学人間科学学術院 教授

座長/久保木富房

楽山病院 名誉院長/東京大学 名誉教授

● 15:20～ 休憩(20分)

● 15:40～

「達磨から白隠へ

～禅のマインドフルネスの流れ～

演者/玄侑 宗久

作家・福聚寺住職

座長/樋口 輝彦

国立精神・神経医療研究センター 名誉総長

● 15:50～ 鼎談

演者/貝谷 久宣

医療法人和楽会理事長/
NPO不安抑うつ臨床研究会代表

熊野 宏昭

早稲田大学人間科学学術院 教授

玄侑 宗久

作家・福聚寺住職

● 17:20～ 閉会の言葉



かいや ひさのぶ
貝谷 久宣

パニック症研究センター代表・医療法人和楽会理事長。1943年名古屋市生まれ。

1962愛知県立明和高校卒業。1968年名古屋市立大学医学部卒業。岐阜大学附属病院にて研修。ミュンヘン・マックスプランク精神医学研究所留学。岐阜大学医学部助教授、自衛隊中央病院神経科部長、岐阜大学客員教授を経て1993年開院、医療法人和楽会理事長。NPO法人不安・抑うつ臨床研究会代表。第1回日本不安障害学会会長(2009年)。著書:「よくわかる薬いらずのメンタルケア」主婦の友(2011)、「社交不安障害」振興医学出版社(2010)、「非定型うつ病」日本評論社(2008)、「不安・恐怖症のこころ模様」講談社(2008)、「マインドフルネス・瞑想・坐禅の脳科学と精神療法」振興医学出版社(2007)「気まぐれうつ病一誤解される非定型うつ病」筑摩書房(2007)他

くまの ひろあき
熊野 宏昭



1985年、東京大学医学部卒。
1995年、東北大学大学院医学系研究科人間行動学分野 助手。
2000年、東京大学大学院医学系研究科ストレス防御・心身医学 助教授・准教授。
2009年、早稲田大学人間科学学術院 教授、早稲田大学応用脳科学研究所 所長を兼任。
2016年より、早稲田大学人間科学学術院 副学術院長・人間総合研究センター所長。
マインドフルネスやアクセプタンスなどの技法を含む「新時代の認知行動療法」について、特に医療場面で短期間で大きな効果を上げることを目指した研究を行っている。臨床面では、綾瀬駅前診療所、赤坂クリニックなどにおいて、不安障害、うつ病、心身症などを対象に、薬物療法や面接治療に加え、認知・行動療法、アクセプタンス&コミットメント・セラピー(ACT)、マインドフルネスなどの行動医学的技法を用いている。