

上智大学公開講座

SOPHIA UNIVERSITY EXTENSION PROGRAMS



ソフィア・コミュニティ・カレッジ 2017 春期講座一覧

こころとからだのケア学Ⅱ

【コーディネーター・講師】鎌田 東二

上智大学グリーンケア研究所特任教授

2017年6月12日・19日・26日・7月3日(月)

※この講座は1日2回行います(座学・実修)【受講料】21,600円

講座申込み締切日:6月5日(月)まで

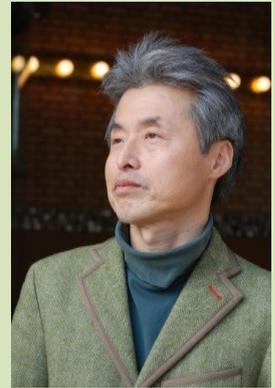
【講師】

林 紀行 ほうせんか病院 心療内科・緩和ケア病棟専任医師
 専攻分野/精神科医・統合医療

井上 ウィマラ 高野山大学教授
 専攻分野/スピリチュアルケア

永澤 哲 京都文教大学准教授
 専攻分野/宗教学・密教瞑想

萩原 邦枝 一般社団法人峨眉養生文化研修院理事 実修担当



鎌田 東二 講師

講座内容

ストレス社会の現代にあっては、こころとからだのバランスを保つことがたいへん難しくなっています。が、本来、自分自身が潜在的に持っている力を最大に発揮し、心身ともに健やかな生活を目指し実現していく手がかりとして、2016年度秋期に開催した「こころとからだのケア学」の続篇として、さらに深く、じっくりと講義と実修を行なっていきます。

初めての方でも十分理解し、入っていける工夫をしながら、自分のからだどころをみつめ、自分自身の生き方やあり方を深いところから総点検し、講座講師一丸となって、希望と活力を持って進んでいけるような講座にしていきたいと思えます。ご参加をお待ちしています。

(講師代表・鎌田東二)

講座スケジュール

第1回・第2回 2017年6月12日(月)

13:00~14:30 講義:鎌田東二 「からだに聴く、こころに訊く」

14:45~16:15 実修:萩原邦枝 「峨眉養生気功実修①」

第3回・第4回 2017年6月19日(月)

13:00~14:30 講義:林 紀行 「マインドフルネスと精神医学の接点」

司会:鎌田東二

14:45~16:15 実修:萩原邦枝 「峨眉養生気功実修②」

第5回・第6回 2017年6月26日(月)

13:00~14:30 講義:井上ウィマラ 「スピリチュアルケアとヴィパサナ瞑想」

司会:鎌田東二

14:45~16:15 実修:萩原邦枝 「峨眉養生気功実修③」

第7回・第8回 2017年7月3日(月)

13:00~14:30 講義:永澤 哲 「密教瞑想から見たこころとからだ」

司会:鎌田東二

14:45~16:15 実修:萩原邦枝 「峨眉養生気功実修④」