



The 58th Annual Scientific Meeting of Japan Society of Ningen Dock

第58回日本人間ドック学会学術大会

市民公開講座

参加者にもれなく  
記念品進呈

参加  
無料

先着500名

# ストレスと回復力

## 素敵に年を重ねよう

心療内科医として心のケア活動を幅広く行い、講演・著書など多数  
また、歌手としても精力的にライブ活動をおこなうなど“なりたい自分”を実践  
…そんな海原先生が、“こころのサプリ”をお届けします…

2017年8月25日(金)

開場13:30 / 開演14:00～15:50(終了予定)

大宮ソニックシティホール棟2F「小ホール」  
さいたま市大宮区桜木町1-7-5

講師 海原 純子 氏

横浜出身。女性でも自立できる職業をと考え医師をめざす。大学在学中生活費を捻出するために新宿のジャズクラブで歌手活動をしながら1976年東京慈恵会医科大学卒業。音楽は卒業後活動を中止。同大内科、病理学教室非常勤講師をへて1984年、東京に全国初の女性クリニックを開き2005年まで診療にあたる。2006-2012年白鷗大学教育学部教授、2007-2013年厚生労働省健康大使、2008-2010年ハーバード大学客員研究員。2013年より日本医科大学特任教授。2013年-2014年復興庁心の健康サポート事業統括責任者。2014-2015年復興庁県外自主避難者支援事業をサポート。2014年日本医科大学健診医療センターでストレス健診を開始。2016年日本ストレス学会賞受賞。

主な著書として、困難な時代の心のサプリ(毎日新聞社)男はなぜこんなに苦しいのか(朝日新聞出版)、心の格差社会(角川書店)、会社でうつ、休むと元気はつらつな人(文芸春秋)こんな風に生きればいいにゃん(海電社)幸福力(潮出版社)など多数。読売新聞人生案内回答者、毎日新聞日曜版心のサプリの連載執筆。1999年から音楽活動を再開しjazzライブを定期的に行っている。

### 講座プログラム

第1部 「受けてよかった人間ドック」体験記コンクール表彰式

第2部 ストレスと回復力 ―素敵に年を重ねよう

講師: 海原純子 (日本医科大学医学教育センター・健康医療センター特任教授)

司会進行 入江みか(フリーアナウンサー)



主催：第58回日本人間ドック学会学術大会 / NPO法人日本人間ドック健診協会

お問合せ

学術大会運営事務局 株式会社シグマコミュニケーションズ

TEL 03-6431-9936 FAX 03-6431-9937 E-mail:secretariat@58jsnd.jp 平日10:00～18:00まで(祝日除く)