

# 「こころ」と「からだ」のつながり ～心身一如の過去・現在・未来～

わたしたちの「こころ」と「からだ」は密接に繋がりをもち、健康状態に影響を与えています。そこで今回は、心身相関について「心身一如」の世界から学んでみたいと思います。「こころ」と「からだ」がどのように関係しあうのか？この法則を健全な心身の発達とともに、ストレスなどにどのように向き合って人生を紡いでいくことができるのかを考えてみましょう。心身相関、心身一如の考え方について、過去から現代を辿り、未来社会をよりよく生きていく上での知恵をみなさんと一緒に探ります。

参加無料  
定員 300名

2019年7月13日 土

時間 12:50～16:10

会場 人間総合科学大学 蓮田キャンパス 大教室

## プログラム

12:50-13:00 開会挨拶 大学院 人間総合科学研究科 副科長 鈴木 はる江

13:00-13:45 講演1 こころとからだ一生いきいきと  
～心身一如の知恵より学ぶ

大学院 人間総合科学研究科 心身健康科学専攻 教授 鍵谷 方子



13:45-14:30 講演2 健やかな心身を育む「まね」

大学院 人間総合科学研究科 心身健康科学専攻 教授 藤原 宏子



14:30-14:45 休憩 15分

14:45-15:30 講演3 心身一如の知恵が教えてくれる  
幸せになるヒント

大学院 人間総合科学研究科 心身健康科学専攻 専攻長 小岩 信義



15:30-16:00 パネルディスカッション

講演者全員

16:00-16:10 閉会挨拶

大学院 人間総合科学研究科 科長/学長 久住 武

## 申込方法

1. 本学ホームページの応募フォームよりお申込みください。

〈応募フォーム QR コード〉



<http://bit.do/eTJ8Q>

2. eメールまたは電話でのお申し込みは、以下の6点をお知らせください。

- ①「7月13日生涯学習公開講座希望」
- ②氏名 ③住所 ④電話番号
- ⑤参加人数 ⑥この講座を知ったきっかけ

●お問い合わせ・お申込みはこちら

048-749-6111  
admin@human.ac.jp



学校法人 早稲田医療学園

# 人間総合科学大学

〒339-8539 埼玉県さいたま市岩槻区馬込1288 <https://www.human.ac.jp/>



## 心身一如の科学

心身相関から心身一如を現代科学でひも解く

私たち人間は、「こころ」と「からだ」が密接につながっていることを古くから知っており「心身一如（しんしんいちによ）」という考え方で、健康の維持や病気の治療に応用してきました。宗教や東洋医学の領域で主に使われていたこの言葉は、今日の最新医学や先端科学の領域で「心身相関の科学」としてしばしば用いられるようになりました。本書は、日本に古来から存在する心身一如について考え方の変遷や最新の科学的な知見を紹介し、私たちの心身の健康や幸福を実現するために必要なヒントを多数盛り込んでいます。

- 【著者】 久住 眞理  
久住 武  
鈴木 はる江  
小岩 信義 他
- 【発行】 人間総合科学大学
- 【定価】 ¥ 2,000+税

人類は「人間とは何か」というテーマに改めて突き当たっている。

## ヒューマン — 私たち人類の壮大な物語

生命誕生から人間の未来までを見すえる統合科学

全国の紀伊國屋書店、有名書店、アマゾン等で発売中!!

**大反響!!** 次世紀を創造するために  
一本書を“いのち”のバイブルとして

人類は、21世紀になって以降、これまでとは質の異なる地球規模の課題を抱え、多くの人間が孤立感を深め、人々は自立した自分を見失いつつある。「生命システム」「心身相関」「文化・文明」「人類進化」「AI、IoT」などから人類の未来像、医療のあり方、健康の意味、生命の価値を探る。

- 【著者】 久住 眞理（くすみまり）  
久住 武（くすみたけし）
- 【発行】 人間総合科学大学
- 【発売】 紀伊國屋書店
- 【定価】 ¥ 2,300+税



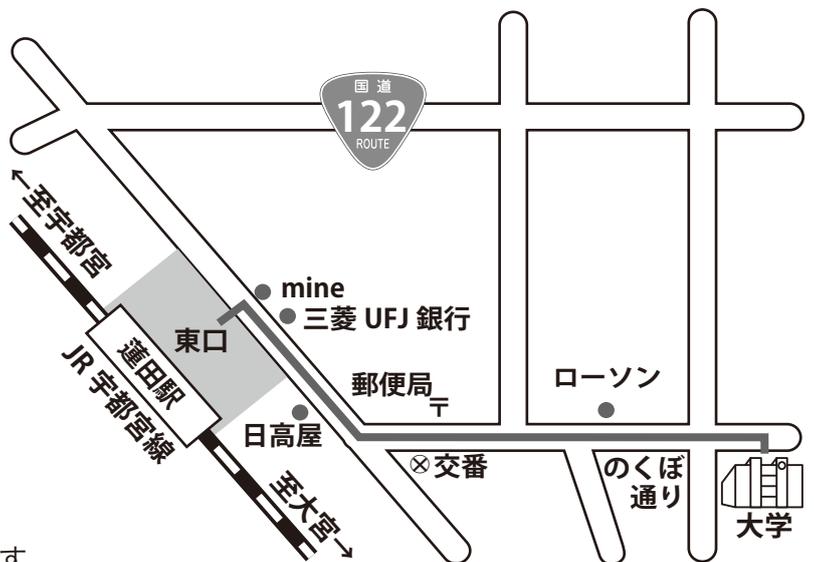
## 蓮田キャンパス



◆ JR 宇都宮線蓮田駅東口から徒歩 13 分

〒339-8539 埼玉県さいたま市岩槻区馬込 1288  
TEL : 048-749-6111 / 9:00 ~ 17:00

※お車でのご来校はご遠慮いただいております



学校法人 早稲田医療学園

人間総合科学大学