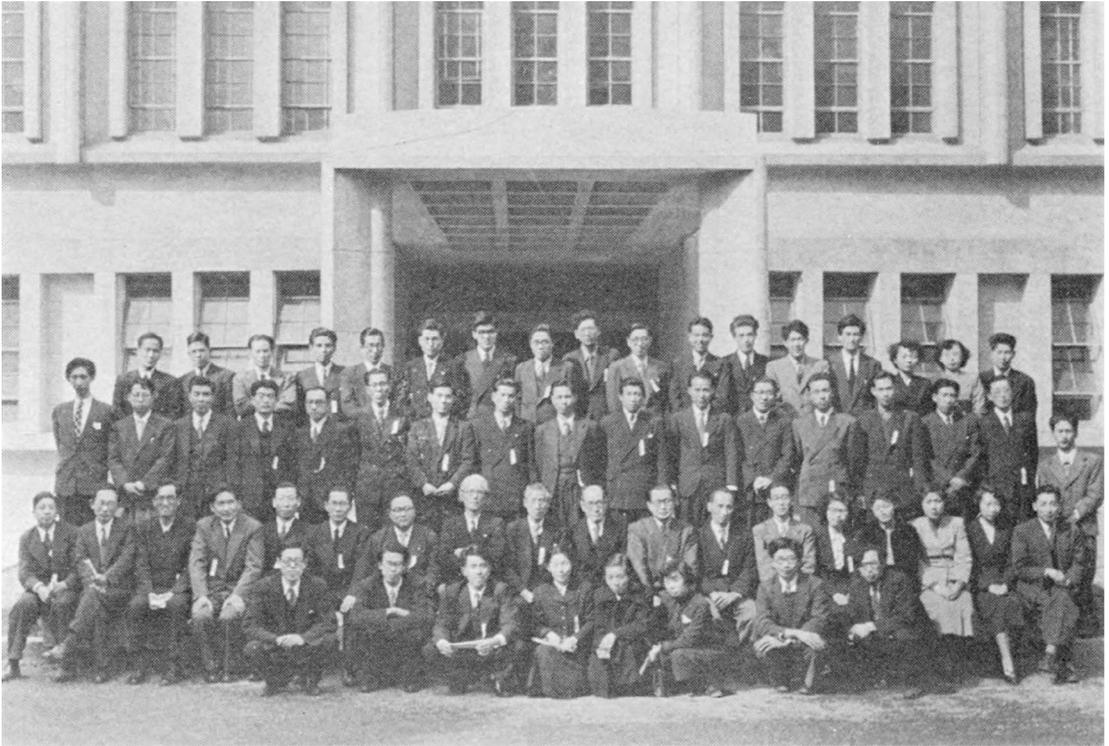

第 2 章

活動記録



第1回 早稲田大学心理学会（昭和29年2月27日）

早稲田大学心理学会のこと

相馬一郎（一文・1953）

早稲田大学心理学会会報No.7に、第6回早稲田大学心理学会大会開催が昭和56（1981）年12月13日に決ったことがのっている^注。現在ある早稲田大学心理学会は実をいうと中断されていた学会を復活したものである。

早稲田大学心理学会大会が最初に開催されたのは、昭和29年2月27日である。昭和29年頃は、新制度の大学、大学院がほぼ完成された時期である。心理学の卒業生も、旧制度の時代とくらべ大幅に増えている。また現在とは比較にならないとはいえ、外国からの情報もかなり入るようになり、諸外国での心理学の発展に、わが国の心理学がおおいに刺激されているときでもあった。当時は、学生心理学会なども開かれ学会活動も盛んになりつつあった。このような背景のもと、早稲田の心理学がこれまでやってきたことをさらに発展させると同時に、他の心理学の領域との情報交換、卒業生との連けい、相

互の親ぼくということ在意図し、早大心理学会が発足したといえよう。

第2回は昭和29(1954)年10月16日に、第3回は昭和31(1956)年11月10日に、第4回は昭和33(1958)年11月8日、第5回は昭和35(1960)年11月12日、第6回は昭和36(1961)年11月、第7回は昭和41(1966)年5月29日にそれぞれ開催されている。第1回大会プログラムは次の通りであった。

早稲田大学心理学会第1回大会プログラム

I. 開会の辞		赤松保羅
II. 研究発表(午前の部)		
	10時30分～12時	座長 宮田義雄
		橋本鍵一
1. 中学校における担任によるガイダンスの一方法(他)	文京第二中学	岸 俊彦
2. ヒステリー精神病質少年の犯罪とその予防について	横浜少年鑑別所	砂山延雄
3. 連想検査について	群馬大学	潮田武彦
4. 文学の社会心理学的研究についての一つの試み	関東学院大学	永丘智郎
5. 職場報告	浦和児童相談所	吉井武雄
6. 職場報告	文部省教育研究所	山本研一
III. 総会(昼食の時間を含む) 12時～1時30分		
教室現状報告		戸川行男
写真撮影		
IV. 研究発表(午後の部)		
	1時30分～3時	座長 渡辺祥輔
1. 両眼融合法による錯視像の観察結果について	福井大学	服部 清
2. 金属製品の工程分析に就いて	日本建鉄	谷村富男
3. 職業適性検査とその信頼度	東京都適性研究所	井坂 正
4. 内田・クレペリン作業検査について知られる二、三の事について	精神技術研究所	外岡豊彦
V. 懇親会	3時30分～6時 大隈会館	
VI. 閉会の辞		赤松保羅

第1回より第7回までの間に昭和37(1962)年には教育学部に教育心理学専修が新設されたことにより従来までの心理学教室が拡大され、早大心理学会の会員に教育心理の卒業生も含まれることとなった。そこで、学会としても会則を整備することになり、その原案作成にとりかかり、ほぼその原案を作成しおえ、総会での承認を求めることとなった。丁度その頃(昭和40年頃)より、授業料問題に端を発した大学紛争が起り、そ

れ以後約10年間にわたり大学で学会などを開催できない状態が続いた。このため早大心理学会も、第8回以後全く開催することが不可能になった。昭和49（1974）年頃になり学内もやや平静な状態になったので、清原健司教授が中心となり、早大心理学会の復活が計画された。心理学教室の50周年も間近かであることもあり、その両者についての会が10回程度50年、51年にかけてもたれた。この再開準備会には、清原教授を中心とし、早大心理学会が開催されていた当時、会に関与していた卒業生および教育心理の卒業生、それに41（1966）年以後の文学部心理学専攻の卒業生、更に文・教育・体育局・システム研の教員が加わった。そして会則の練り直し、大会のあり方、さらに50周年の企画などが議題となった。そして、昭和51（1976）年に早大心理学会の大会を開催すること、会則の原案をそれまでに再度練り直し、大会で承認をうること等が決められ、最初の大会開催は準備委員会がおこなうこととなった。この間準備委員の方々には多くのご苦勞をおかけしてしまったが、51年に復活第1回の大会を開催することができた。そこで会則の決定、会長、副会長、理事が選出され、以後の大会開催が準備委員会の手をなれたわけである。このように早大心理学会は学内事情により活動停止をよぎなくされた時期をはさみ、現在に至っている。ただ真に残念なことは、早大心理学会の再発足においてその中心となられた清原教授が第2回の大会をまたず急逝されたことである。心理学教室50周年記念をも含めて、清原教授がおられなかったらこれ程スムーズにいったかどうかわからなかったと思う。

早大心理学会の再発足はまさに清原教授によってできたというべきであろう。

※原文は、『早稲田大学心理学教室五十年史』（「早稲田大学心理学教室五十年史」編集委員会（編）、昭和56（1981）年12月13日出版、早稲田大学出版部）の115～117頁。

著者の相馬一郎氏（現 名誉教授）から、原文の掲載、文中に西暦を加えること、一部誤記の訂正、理解補助のための脚注を付けること、これらの許可を得ました。

注）早稲田大学心理学教室は昭和7（1932）年に創設され、昭和56（1981）年に50周年を迎え、昭和56年12月13日に第6回早稲田大学心理学会大会（体育局3階）を開催し50周年記念式典（大隈小講堂）を執り行った。

1. 早稲田大学心理学会再発足にあたって

早稲田心理学会会長 本明 寛 (文・1941)

早稲田大学心理学教室も間もなく50周年の日を迎える。教育学部の教育心理学科の卒業生を加えて、ここに新しく早大心理学会が再発足したことはまことに喜ばしいことだ。両学部では多少研究の分野も異なっている。従って広い視野が開かれた学会になったといえるだろう。学問の進展は急であり、研究情報はほう大である今日の心理学状態をみると、こうした学会が参加者に大きなてがかりを与えてくれるものと思うのである。

早大心理学会はもうひとつの側面をもっている。それは職業によって、疎遠になっている会員が、旧交をあたためる機会をもてる点である。このところ懇親会は盛会である。胸をひらいて話し合えるのは、同学、同級の者の間でなくては不可能であろう。

1人でも多くの会員に、再開された早大心理学会のことを知らせていただき、御参加を願いたいものである。

2. 近ごろ感じたこと

早稲田心理学会副会長 橋本鍵一 (文・1935)

学校を出てから、女学校、医学部の研究室、公務員と転々としながら、片足を刑務所につっこんで生活してきた。その間、母校とはご無沙汰しがちであったが、ここ2年程、再発足した早稲田心理学会の大会のお手伝いをさせて頂くことになって、いわゆる“在京世話人”の方々とたのしく仕事ができ、2回の大会の当日お集り頂けた約200人の同窓生も各々種々のシンポで非常にアット・ホームに討論されているように見受けられたことは、わたくしには誠にうれしかった。

わたくしのみるところでは、大会に集った入々が内的フィーリングをわかり持っていたせいで、そこでの活動が知的にも、感情的にもよい状態であったのだと思われた。われわれは、生まれて始めて見たものに、後に触れた時、心の安らぎを感じると同じように、始めて心理学を学んだところでの集りに安定感を持つせいなのかもしれない。わたくしたちは、このような集りの中での対話を通じて学的情報を整理する機会を持つことを是非考えなければならぬのではなかろうか。

3. 早稲田大学心理学会の新発足によせて

早稲田心理学会副会長 三島二郎（文・1942）

早稲田大学に心理学を専攻する学科が創設されてほぼ半世紀になるのを機会に、従来の規約・組織を新たにした早大心理学会の再発足は誠に喜ばしいことである。特にこの学会の設立に中心となって尽力された清原建司教授の逝去は誠に痛恨にたえないものがあるが、創設者である赤松保羅先生ならびに戸川行男先生がご列席されて迎えることのできる50周年は本当に素晴らしいことである。

新しい本学会の母胎は昭和37年発足した教育学部教育心理学専修の卒業生を合わせて、総数2,000名を越え、あらゆる心理学関係の職域に活躍することにおいて、わが国の心理学を語る場合、これを抜きにしてはあり得ない一大勢力となっている。そこで50周年を迎えるに当り、既往を省みることも大切であるが、それに止ることなく、ここで一人一人が自らの雄大な未来図を描き、それに向って前進してゆく覚悟を新たにする機会としたいものである。

4. 第2回早稲田大学心理学会大会と総会（1977年）

1976年度の第1回大会に引き続き、1977年度の第2回早大心理学会が「心理学の将来」という統一テーマをもとにして、多数の参会者をえて開催された。大会の概要、およびシンポジウムのテーマは次のようであった。

- 期 日 1977年10月23日(日)
- 会 場 早稲田大学体育局校舎
- 参会者 235人（懇親会出席者を含む）

今大会のプログラムはシンポジウムを中心として生まれ、会長（旧）の戸川行男先生の特別講演、および大会総会（詳細は別項に記す）および懇親会が行われた。

シンポジウムの概要

シンポジウムは次のA～Eの6つのテーマに分かれ体育局の各室で行われた。この他に特別シンポジウムとして「21世紀の心理学のあり方」が開催された。各シンポジウムのテーマおよび話題提供者、司会者〔（ ）内〕は次のようであった。

A 「心身障害児の教育」(早大大学院 阿部健一)

横田 滋 調布中学校特殊学級

三谷嘉明 あけぼの学園

山田 孝 リハビリ学園

- B 「最近の老人問題」(職業研究所 兼子宙)
 守屋国光 東京都老人総合研究所
 田中徳明 老人開発研究所
 谷口幸一 愛国学園短期大学
- C 「最近の英米の心理学の状況」(群馬大学 木村駿)
 酒井 誠 三菱生命化学研究所 (現・佐賀医科大学)
 深沢道子 聖マリアンナ大学
 内山 勉 神奈川県立リハビリテーションセンター
- D 「現場の心理学教育に何を望むか」(与論科学協会 岡本淑人)
 大庫孝二 ライオン油脂
 小林 源 RVC株式会社
 山下順三 リクルートセンター
 佐藤慎一 立川児童相談所
- E 「人間における動機づけの諸問題」(早大文学部 織田正美)
 八尋華那雄 杏林大学
 吉田辰雄 東洋大学
 森谷信吾 日本建鉄

特別シンポジウム

- 「21世紀の心理学のあり方」(早大文学部 浅井邦二)
 生熊譲二 早大大学院博士課程
 黒須正明 早大大学院博士課程
 久保田新 早大大学院博士課程

10月23日の大会当日は午前9時より大会出席者の受付が開始され、9時30分から上記のシンポジウムが開催された。途中午前11時～12時の間、会長戸川行男先生の特別講演が行われ、引き続き午後の部のシンポジウムが4時まで行われた。当日は大会事務関係者を含めて約200名の参加者が集り、各会場とも、活発な議論がなされ盛況のうちに閉会した。

なお、A～Eの6つのシンポジウム終了後、会場は、体育局教室から22号館2階大教室に移され、ここで特別シンポジウムと総会が行われた。

懇親会の概要

総会に引き続き、大隈会館1階宴会場にて懇親会が約100人の参加者を集めて、早大富田正利氏の司会で開催された。教室の大先輩である赤松保羅先生、橋本鍵一先生(大会委員長)、戸川行男先生、伊藤安二先生などのあいさつのことばがあり、次いで新会

長の本明寛先生の紹介とあいさつが行われ、会は和気合々の雰囲気ですぐ午後9時過ぎまで続けられた。

シンポジウム終了後、早大心理学会総会は約100名の出席者により早大22号館2階大教室で行われた。早大心理学会再発足、新規約、50周年記念事業などに関するいくつかの重要議題が検討された。

5. 近況報告

早大心理学会名誉会長 赤松保羅 (文・1917)

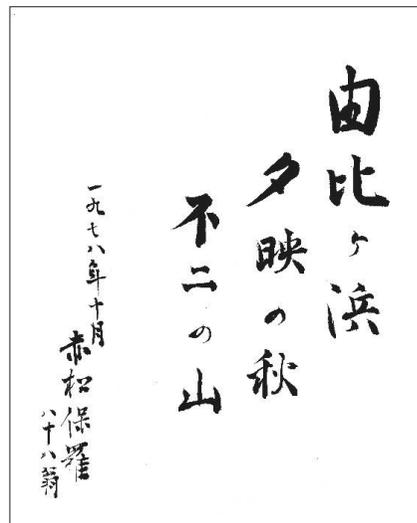
先日、新学年最初の講義（関東学院大学）の最中、急に後頭部が頸にかけて熱く感じ眩暈を起した。医師の診察を受けたが、特に何所にも病気はないが、御年（高齢）だからと露骨には言わぬが老化現象だとのことであった。立ったままで一時間半の講義は無理だから腰をかけるなどして楽に講義をすれば、今すぐにも大学を止める程のことはないという診断であった。

昨年の暮頃から急に体の衰弱を自覚したので鎌倉に新設の墓所をハガキの写真に作り、永遠の眠りの場所が出きたが、まだ心の準備が出来ていないと親しい者に便りなどをした。近頃も生死の問題と特に復活について宗教的解釈を思索している。然し思索する限り信仰の実存的意味の体験は不可能である。

読書の時間をさいて庭いじりをするが、今は躑躅（つつじ）の花盛り、パラは丹念に世話をした効があって今年は成績がよいだらうと楽しみにしている。長く書くとまた辻説法と言われるのでこれで近況の報告とする。



早稲田心理学年報第13巻（1981）より



米寿の時の色紙（1978年10月）

6. 赤松先生を偲ぶ 早稲田心理学年報 第13巻 1981

戸川行男 (文・1929)

赤松先生は昭和54年2月9日夕刻、関東学院大学の試験の答案の採点を終えられた時にお倒れに成りその後、1ヶ月半の闘病生活をなさいましたが翌55年8月29日、東京セントラル病院で、89歳でおなくなりになりました。ご病名は脳血栓との由です。心理学教室主催のご葬儀・告別式は9月18日、大隈講堂で挙行了しました。誠に残念です。心からご冥福をお祈りいたします。お墓は鎌倉の妙本寺とうかがっております。

さて私にとって赤松先生は私が大正15年に文学部哲学科に入った時からの先生ですから、先生の思い出を語れば際限がありません。私が先生になれたのも先生のおかげですが、心理学専攻の設立も心理学教室の設置も、みな先生のお力によるものです。心理学専攻には他専攻とちがって実験の器具が必要ですし、諸経費が必要ですが、こうした点についての本部との交渉は全部、先生におんぶした形でした。先生は名実ともに早稲田大学の心理学の生みの親です。

戦後、新制大学にきりかえられましたが、そのとき先生は高等師範部の学部長でしたので、これを教育学部に組織がえして、その中に理科系の専攻を設置し、また心理学専修を作るという大変厄介な仕事をなされました。当時高等師範部には国漢と英語といまひとつ社会教育という三科があったのですが、これを新制大学の学部にしようということになりますと文学部の国文・英文と重複しますし、さらに心理と教育の専攻を作ることに成りますといずれも文学部と重複するわけですし、理科系の科目についても同じ事情がありますので、ずい分いろいろな議論がありまして先生のお骨折りは大変なものであったと思います。赤松先生がおられてはじめて実現できたのだと思います。その他、大学の理事もなされ、体育局長をもなされ、特に記念会堂の建設にあたっては募金などで大変な苦勞をされました。

先生は大正6年から10年までアメリカに留学されました。ウッドワースの講義をきかれたそうでした、ウッドワースをいつも先生と呼んでいられました。その頃は米国でも心理学の学生に哲学の講義が多かったそうでした、ジェームスやデューキーのプラグマチズムの本を広くお読みになったそうです。私は学部の専攻は西洋哲学でしたので先生から哲学の講義と心理学の講義と半分半分おそわった形です。

先生の学的立場はそれですから、一学派に固執されない広いお考えでしたが、心理学の自然科学的傾向には賛同しておられ、学習研究や動物実験に深い関心をお持ちでした。ただ先生のわれわれ後進に対する態度は自由な幅の広いものでしたので、私達は全く思い思いの自分のテーマに取り組むことができました。早稲田大学心理学教室のひとつの特徴は自由な空気であると思いますが、これは赤松先生が作られた学的雰囲気であると思います。

先生は保羅（ポーロ）というお名前でおわかりますように、ご生家は紀州の新宮のキリスト教のご家庭でした。大学ご定年後、とくにここ10年ほど先生は強い宗教的関心をお持ちでして、靈魂不滅の信仰のことなど私達にもよくお話になりました。先生は戦前から戦後にかけてずい分ながい間、文学部の哲学会の会長をしておいでになりました。先生は心理学者であるだけでなく1人の哲学者でもあられ思索家でもあられたと思います。

私はかけ出し時代からこの年まで先生に終始ご厄介になり御教えを受けて参ったのですが、先生のお口から他人の悪口というものをきいたおぼえがありませんし、どなられたことも、お説教された記憶もありません。思い出されますのはただ、いつも慈父のような先生のお顔です。

第3節 歴代の会長と副会長

期間	会長	副会長		
1954年～1962年3月	赤松保羅 (文・1917)			
1962年～1973年3月	戸川行男 (文・1929)			
1966年～1976年	(学会活動中断期)			
1976年3月～1977年10月	本明 寛 (文・1941)	橋本鍵一 (文・1935)	三島二郎 (文・1942)	
1977年10月～	本明 寛 (文・1941)	橋本鍵一 (文・1935)		
1984年11月～1986年	島津貞一 (文・1941)	浅井邦二 (文・1948)	小野 顕 (文・1948)	
1986年～1989年10月	島津貞一 (文・1941)			
1989年10月～1992年11月	浅井邦二 (文・1948)	本間弘光 (文・1947)	小野 顕 (文・1948)	橋本仁司 (一文・1952)
1992年11月～1994年10月	小野 顕 (文・1948)	本間弘光 (文・1947)	岡本淑人 (文・1950)	橋本仁司 (一文・1952)
1994年10月～1996年総会	木村 裕 (一文・1965)	本間弘光 (文・1947)	岡本淑人 (文・1950)	橋本仁司 (一文・1952)
1996年総会～1998年総会	木村 裕 (一文・1965)			
1998年総会～2000年総会	木村 裕 (一文・1965)			
2000年総会～2002年総会	木村 裕 (一文・1965)	本間弘光 (文・1947)	朝岡美好 (一文・1990)	

2002年総会～2004年総会	木村 裕 (一文・1965)	本間弘光 (文・1947)	朝岡美好 (一文・1990)	
2004年総会～2006年総会	木村 裕 (一文・1965)	本間弘光 (文・1947)	朝岡美好 (一文・1990)	
2006年総会～2008年総会	木村 裕 (一文・1965)	本間弘光 (文・1947)	市原 信 (一文・1973)	
2008年総会～2010年総会	木村 裕 (一文・1965)	市原 信 (一文・1973)		
2010年総会～2012年総会	木村 裕 (一文・1965)	市原 信 (一文・1973)		
2012年総会～2014年総会	石井康智 (一文・1970)	市原 信 (一文・1973)		
2014年総会～2016年総会	石井康智 (一文・1970)	小林 源 (一文・1963)		
2016年総会～2018年総会	石井康智 (一文・1970)	小林 源 (一文・1963)		
2018年総会～2020年	石井康智 (一文・1970)	小林 源 (一文・1963)		

第4節 会員数の推移

早稲田大学心理学会は1954年に発足、1976年に再発足であるが、以下の表は、会員数、賛助会員の記録が確認できた結果に基づいている。

年度	会員数	出典
1987年度	363名	1
1988年度	－	
1989年度	－	
1990年度	－	
1991年度	340名	1
1992年度	306名	1
1993年度	300名	1
1994年度	301名	1
1995年度	337名	1
1996年度	321名	1
1997年度	277名	1
1998年度	275名	1
1999年度	273名	1
2000年度	227名	1
2001年度	221名	1
2002年度	167名	1
2003年度	157名	1

年度	会員数	出典
2004年度	140名	1
2005年度	153名	1
2006年度	249名	2
2007年度	240名	2
2008年度	231名	2
2009年度	201名	3
2010年度	190名	3
2011年度	184名	3
2012年度	182名	3
2013年度	174名	3
2014年度	168名	3
2015年度	157名	3
2016年度	154名	3
2017年度	148名	3
2018年度	146名	3
2019年度	146名	3
2020年度	146名	3

- 出典注記 1 収支決算資料における会費納入者数
 2 会員名簿における会員数
 3 会員名簿における正会員数

■賛助会員

(対象期間については記録があるもののみ記載)

実務教育出版	1987年～2001年
金子書房	1987年～2001年
日本文化科学社	1987年、1994年～2001年
くもん子ども研究所	1994年～2001年

第5節 | 年次大会開催：公開講演会の記録

1. 開催記録一覧（第1回～第25回）

回	開催日／会場	講演名／演者
第1回	1954年2月27日 (昭和28年度)	I. 開会の辞 赤松保羅（早稲田大学） II. 研究発表 座長：宮田義雄・橋本鍵一 1. 中学校における担任によるガイダンスの一方法（他） 岸 俊彦（文京第二中） 2. ヒステリー精神病質少年の犯罪とその予防について 砂山延雄（横浜少年鑑別所） 3. 連想検査について 潮田武彦（群馬大学） 4. 文学の社会心理学的研究についての一つの試み 永丘智郎（関東学院大学） 5. 職場報告 吉井武雄（浦和児童相談所） 6. 職場の報告 山本研一（文部省教育研究所）

回	開催日／会場	講演名／演者
		Ⅲ. 総会 教室現状報告 戸川行男（早稲田大学） 写真撮影 Ⅳ. 研究発表 座長：渡辺祥輔 1. 両眼融合法による錯視像の観察結果について 服部 清（福井大学） 2. 金属製品の工程分析に就いて 谷村富男（日本建鉄） 3. 職業適性検査とその信頼度 井坂 正（東京都適性研究所） 4. 内田・クレペリン作業検査について知られる二、三の事 について 外岡豊彦（精神技術研究所） Ⅴ. 閉会の辞 赤松保羅（早稲田大学）
第2回	1954年10月16日 （昭和29年度）	
第3回	1956年11月10日 （昭和31年度）	
第4回	1958年11月8日 （昭和33年度）	
第5回	1960年11月12日 （昭和35年度）	
第6回	1961年11月10日 （昭和36年度）	
第7回	1966年5月29日 （昭和41年度）	
再発足後		
第1回	1976年3月25日 （昭和51年度）	
第2回	1977年10月23日 （昭和52年度）	特別講演（タイトル不明） 演 者：戸川行男（早稲田大学名誉教授・元会長） シンポジウムA 「心身障害児の教育」 司 会：阿部健一（早稲田大学大学院） 話題提供：横田 滋（調布中学校特殊学級） 三谷嘉明（あけぼの学園） 山田 孝（リハビリ学園）

回	開催日／会場	講演名／演者
	22号館2階 大教室	<p>シンポジウムB 「最近の老人問題」 司 会：兼子 宙（雇用職業総合研究所） 話題提供：守屋國光（東京都老人総合研究所） 田中徳明（（財）老人福祉開発センター） 谷口幸一（愛国学園短期大学）</p> <p>シンポジウムC 「最近の英米の心理学の状況」 司 会：木村 駿（群馬大学教育学部） 話題提供：酒井 誠（三菱生命科学研究所） 深澤道子（聖マリアンナ大学） 内山 勉（神奈川県立リハビリテーションセンター）</p> <p>シンポジウムD 「現場の心理学教育に何を望むか」 司 会：岡本淑人（与論科学協会） 話題提供：大庫孝二（ライオン油脂） 小林 源（RVC株式会社） 山下順三（リクルートセンター） 佐藤慎一（立川児童相談所）</p> <p>シンポジウムE 「人間における動機づけの諸問題」 司 会：織田正美（早稲田大学文学部） 話題提供：八尋華那雄（杏林大学） 吉田辰雄（東洋大学） 森谷信吾（日本建鉄）</p> <p>特別シンポジウム 「二十一世紀の心理学のあり方」 司 会：浅井邦二（早稲田大学文学部） 話題提供：生熊讓二（早稲田大学大学院） 黒須正明（早稲田大学大学院） 久保田新（早稲田大学大学院）</p>
第3回	1978年11月19日 （昭和53年度）	
第4回	1979年9月8日 （昭和54年度）	
第5回	1980年8月28日 （昭和55年度）	
第6回	1981年12月13日 （昭和56年度） 体育局3階	「心理学の将来」
第7回	1982年 期日不明 （昭和57年度）	
第8回	1983年11月20日 （昭和58年度）	<p>シンポジウムI 「老年期の臨床心理」 司 会：小杉正太郎（早稲田大学）</p>

回	開催日／会場	講演名／演者
		<p>話題提供：井上勝也（東京都老人総合研究所） 長田久雄（東京都老人総合研究所） 谷口幸一（愛国学院短期大学）</p> <p>シンポジウムⅡ 「校内暴力のメカニズム」 司 会：島津貞一（東海女子大学） 話題提供：砂山延雄（尚美音楽短期大学） 中島武二（横浜少年鑑別所） 高桑益行（仙台少年鑑別所）</p>
第9回	1984年11月11日 （昭和59年度）	<p>シンポジウムⅠ 「コマーシャル・メッセージと心理学」 司 会：中村宣夫（博報堂） 話題提供：実川万里栄（日産自動車） 中村 博（博報堂）</p> <p>シンポジウムⅡ 「離婚と子ども」 司 会：瓜生 武（東京家庭裁判所） 話題提供：藤沼みどり（横浜家庭裁判所調停委員） 片倉昭子（立川婦人相談センター）</p>
第10回	1985年10月19日 （昭和60年度）	<p>特別記念講演 「現代心理学の動向」 「高年発達研究の視点」 演 者：本明 寛（早稲田大学文学部） 三島二郎（早稲田大学教育学部）</p>
第11回	1986年11月8日 （昭和61年度）	<p>特別講演 「早稲田社会心理学と私」 演 者：伊藤安二（本学名誉教授）</p> <p>シンポジウム 「所沢新学部（人間科学部）の紹介」 話題提供：浅井邦二（本学教授） 相馬一郎（本学教授） 上田雅夫（本学教授） 春木 豊（本学教授）</p>
第12回	1987年11月14日 （昭和62年度）	<p>特別講演 「企業組織とストレス」 演 者：田崎醇之助（本学教授）</p>
第13回	1988年12月10日 （昭和63年度）	<p>シンポジウム 「心理学とコンピューター」 司 会：黒須正明（日立製作所デザイン研究所） 話題提供：中山 剛（富山大学工学部） 野島栄一郎（人間科学部）</p>
第14回	1989年10月28日 （昭和64年度） 文学部第1会議室	<p>講演 「環境における認知」 司 会：木村 裕（早稲田大学文学部） 演 者：相馬一郎（早稲田大学人間科学部）</p>

回	開催日／会場	講演名／演者
		シンポジウム 「時代の流れと行動表現」 「中学生のすがた」 「非行にみる時代」 司 会：木村 駿 (群馬大学) 話題提供：横尾武成 (国分寺市立教育研修センター) 川邊 譲 (東京少年鑑別所)
第15回	1990年11月10日 (平成2年度) 人間科学部	小講演 「人間科学部と心理学 ―心理学最前線―」 司 会：春木 豊 (早稲田大学) 児玉昌久 (早稲田大学) 「モチベーションに関する1、2の問題」 演 者：青柳 肇 (早稲田大学) 「認識の生態学」 演 者：佐々木正人 (早稲田大学) 「空間と場所の心理」 演 者：佐古順彦 (早稲田大学) 「臨床実践研究の客観化を求めて」 演 者：門前 進 (早稲田大学) 「精神生理学の現状と将来」 演 者：山崎勝男 (早稲田大学)
第16回	1991年10月26日 (平成3年度) 文学部第1会議室	シンポジウム 「いま、臨床現場では」 司 会：新田泰生 (宝仙学園短期大学) 「増えている摂食障害」 話題提供：中村延江 (日本大学板橋病院) 「コラージュ療法の試み」 話題提供：杉浦京子 (日本医科大学) 「思春期の事例 ―個人から家族へ―」 話題提供：多賀谷篤子 (東京都教育研究所)
第17回	1992年11月7日 (平成4年度) 文学部第1会議室	シンポジウム 「現代の男性を考える」 司 会：春木 豊 (早稲田大学人間科学部) 河合美子 (成城墨岡クリニック) 「非行家族における男性像」 話題提供：湯谷 勝 (埼玉県警察本部) 「臨床ケースにみる女性との関係」 話題提供：中村延江 (中央心理研究所) 「現代の役割は何か」 話題提供：木村 駿 (明星大学)
第18回	1993年月日不明 (平成5年度)	
第19回	1994年10月29日 (平成6年度) 文学部第1会議室	シンポジウム 「トークバトル『異文化体験』―世代差を感じる時」 司 会：岡本淑人 (白鷗大学) 話題提供：小野崎博 (博報堂)

回	開催日／会場	講演名／演者
		<p>話題提供：西川洸一（花王） 高見澤たか子（生活評論家） 吉川政夫（東海大学） 阿部健一（大泉保育福祉専門学校） 岡島陽子（文学部） 大和かすみ（文学部） 佐藤保子（文学部） 川崎友嗣（日本労働研究機構） 寺西美恵子（大和スポーツランド） 休徳直子（日本テキサス・インスツルメンツ） 高際ひろみ（日電プリンティング）</p> <p>講演会 「気功におけるからだところろ」 司 会：石井康智（早稲田大学文学部） 演 者：仲里誠毅（日本気功科学研究所所長）</p>
第20回	1995年5月20日 （平成7年度） 文学部453教室	<p>シンポジウム（1）臨床心理学研究 「阪神大震災被災者の心理」 コーディネーター：河合美子（日本福祉教育専門学校） 話題提供：島津貞一（東海女子大） 北村圭三（神戸女学院大）</p> <p>シンポジウム（2）障害児教育研究会 「障害児教育の現状」 コーディネーター：武藤直子（全国療育相談センター） 話題提供：大見川正治（文教女子短大）</p> <p>シンポジウム（3）生理心理学・精神生理研究会 「精神生理学のトピックス」 コーディネーター：市原 信（東京家政学院大） 「夢を追って」 話題提供：竹内朋香（学術振興会特別研究員） 「先端技術によるアプローチ」 話題提供：佐々木由香（郵政省通信総合研究所） 「やる気と脳波」 話題提供：正木宏明（早稲田大学大学院）</p> <p>シンポジウム（4）非行心理学研究会 「鑑別業務と処遇の仕事から見た最近の少年非行の特質」 コーディネーター：高桑益行（早稲田大学） 話題提供：川邊 譲（水戸少年鑑別所） 藤野京子（法務省） 浜井浩一（法務省）</p> <p>シンポジウム（5）意識心理学研究会 「企業で働き続けるということ ―早大OB1236名の履歴書―」 コーディネーター：矢野裕之（日通総研・早大大学院文研） 話題提供：鈴木宏昌（早稲田大学商学部） 内藤雄大（早大大学院商研） 話題提供：矢野裕之（日通総研・早大大学院文研）</p>

回	開催日／会場	講演名／演者
		<p>シンポジウム (6) マスコミ研究会 「阪神大震災の報道を振り返って」 コーディネーター：本間弘光 (早稲田大学) 岡本淑人 (白鷗大学) 川本直彦 (電通プロックス)</p> <p>話題提供：嶋内義明 (読売テレビ) 井徳正吾 (博報堂)</p> <p>公開講演会 「新しい時代における人間の問題」 司 会：川崎 徹 (文化女子大) 演 者：本明 寛 (女子美術大学理事長・早稲田大学名誉教授)</p>
第21回	1996年5月18日 (平成8年度) 本部7号館 小野講堂	<p>ポスター発表 大学院生</p> <p>シンポジウム (1) 臨床心理学研究会 「日本の集団における個のあり方—臨床心理学の観点から—」 コーディネーター：新田泰生 (宝仙学園短期大学) 司 会：深澤道子 (早稲田大学教授) 話題提供：横山哲夫 (経営コンサルタント) 角張憲正 (東部中央病院) 新田泰生 (宝仙学園短期大学) 越川房子 (早稲田大学講師)</p> <p>シンポジウム (2) 障害児教育研究会 「カウンセリング終了後のクライアントとカウンセラーの対話—不登校をめぐる—」 コーディネーター：武藤直子 (全国療育相談センター) 話題提供：伊藤正雄 (武蔵病院小児科外来) 小泉桃代 (杉並区「さざんか教室」)</p> <p>シンポジウム (3) 非行心理学研究会 「非行少年と会うことの意義—治療構造論の視点から—」 コーディネーター：高桑益行 (早稲田大学) 話題提供：瓜生 武 (家庭問題情報センター)</p> <p>シンポジウム (4) 意識心理学研究会 「経済行動における“意識”について」 コーディネーター：矢野裕之 (日通総合研究所) 話題提供：所 正文 (国士館大学政治経済学部)</p> <p>シンポジウム (5) マスコミ研究会 「テレビを考える」 コーディネーター：本間弘光 (早稲田大学) 話題提供：松井光史 (電通) 寺沢美彦 (日本福祉教育専門学校) 松井陽通 (博報堂)</p> <p>シンポジウム (6) 発達臨床心理学研究会 「発達臨床とは」 コーディネーター：中田洋二郎 (精神・神経センター精神保健研究所)</p>

回	開催日／会場	講演名／演者
		コーディネーター：井原成男（公衆衛生院） 司 会：馬岡清人（日本女子大学） 話題提供：井口由子（こどもの城小児保健クリニック） 中田洋二郎（精神・神経センター精神保健研究所） 奥山真紀子（大宮小児保健センター） パネルディスカッション 「現代のいじめを考える —子どもがいじめ・大人のいじめ—」 司 会：八木亜希子（フジTVアナウンサー） パネラー：田崎醇之助（早稲田大学システム科学研究所） 今村洋子（名古屋刑務所） 海野千細（八王子教育センター）
第22回	1997年5月31日 （平成9年度） 文学部第2会議室 文学部第1会議室	ポスター発表 大学院生・卒業生 公開講演 「最先端の脳研究」 司 会：宇津木成介（神戸大学） 演 者：杉下守弘（東京大学音声言語研究所所長・教授）
	文学部第1会議室	シンポジウム (1) 臨床・非行・発達臨床心理学研究会 合同シンポジウム 「女性・家族・仲間・社会 —新しいサポートのありかた—」 「女性の回復の場」 「家庭における育児力の低下をどう補うか —今後の臨床心理士の役割—」 コーディネーター：河合美子（日本福祉教育専門学校） 司 会：深澤道子（早稲田大学教授） 話題提供：岡島陽子（フリッカ・ビーウーマン） 三沢直子（鉄道弘済会福祉相談所）
	文学部大学院演習室305	シンポジウム (2) 障害児教育研究会 「知覚障害者の職業をめぐる諸問題」 コーディネーター 武藤直子（親子相談センター） 話題提供 館 暁夫（職業訓練大学校）
	文学部大学院演習室306	シンポジウム (3) 生理心理学・精神生理学研究会 「生理心理・精神生理学研究室の動向」 コーディネーター・司会：市原 信 話題提供：正木宏明（早稲田大学）
	文学部大学院演習室307	シンポジウム (4) 意識心理学研究会シンポジウム 「心理学における、正しい『エンジニアごっこ』のあり方について」 コーディネーター：矢野裕之（日通総合研究所） 話題提供：矢野裕之（日通総合研究所）
	文学部大学院演習室308	シンポジウム (5) マスコミ研究会 「政治とテレビへの警鐘」 話題提供：田中義英（日本自動車連盟） 松本光史（電通） 本間弘光（早稲田大学）

回	開催日／会場	講演名／演者
第23回	1998年5月30日 (平成10年度) 文学部第5会議室	ポスター発表 大学院生・卒業生 早稲田大学キャンパスツアー
第24回	1999年5月29日 (平成11年度)	ポスター発表 大学院生・卒業生 パネルディスカッション 「スクールカウンセラー：現場からの報告」 司 会：伊東孝郎（早稲田大学大学院） 基調講演：岡本淳子（東京都立多摩教育研究所・東京臨床心理士会運営委員） パネラー：谷田部多賀子（青葉クリニック） 滝川桜子（福生教育相談室） 伊東孝郎（早稲田大学大学院）
	1999年9月25日 文学部38号館 Avホール	早稲田大学心理学会公開講演会 「こころ・脳・薬 —脳ホルモンと行動—」 演 者：亀山 勉（名城大学薬学部名誉教授・ジャパン精神薬理研究所所長）
第25回	2000年5月27日 (平成12年度)	ポスター発表 大学院生・卒業生 パネルディスカッション 「『スピリチュアル・ケア』—ホスピスでの実践とDeath Educationの視点から—」 司 会：重村朋子（日本医科大学学生相談室） パネラー：小澤竹俊（横浜甕生病院ホスピス病棟長） 鈴木康明（国士舘大学）

2. 開催記録一覧（第26回～第43回）：開催概要・要約記事掲載URL

回	開催日／会場	講演名／演者／掲載瓦版／URL
第26回	2001年5月27日 (平成13年度) 文学部453教室 (34号館)	パネルディスカッション 司 会：八木亜希子（一文1988；フリーアナウンサー） パネラー：今井保次（一文1974；(財)社会経済生産性本部メンタルヘルス研主任研究員） 岩佐実次（一文1976；(株)リソー教育代表） 小豆川裕子（一文1981；ニッセイ基礎研主任研究員） 志田一彦（一文1981；(株)イクスピアリ総務部長） 掲載瓦版：2001年パネルディスカッションレポート URL： http://www.waseda.jp/assoc-wpa/kawara2001_r3.htm 4人のパネラーは、心理学専修を卒業後、様々なキャリアを経ながら自己実現を求めて来られた。成長を促す要因として、

回	開催日／会場	講演名／演者／掲載瓦版／URL
		客観的視点、環境の変化や困難、出会いと人間関係、しっかりした目標、などの重要性が論じられた。
第27回	2002年6月22日 (平成14年度) 文学部453教室 (34号館)	コミュニケーションはどのように形成されていくか —人間とロボット— 司 会：大藪 泰 (早稲田大学文学部教授) 話題提供：「言葉の発生」小嶋祥三 (京都大学霊長類研究所教授) 「ロボットと行動、言葉、心」高西淳夫 (早稲田大学理工学部教授) 掲載瓦版：2002年秋号 URL：http://www.waseda.jp/assoc-wpa/kawara3_5_1102.htm 人間と類人猿はDNAの塩基配列ではほとんど差がない。だが、その表われには大きな差がある。特に人間の言語は隔絶している (小嶋)。人間型ロボットの開発を通して、人間の運動、感情、言葉の本質に迫りたいと考えている (高西)。
第28回	2003年6月28日 (平成15年度) 文学部453教室 (34号館)	脳と創造 演 者：岩田 誠 (東京女子医大附属脳神経センター教授) 掲載瓦版：2003年秋号 URL：http://www.waseda.jp/assoc-wpa/kawara5_5_1103.htm 現実と幻覚と創造の境界はいかに曖昧なのか。前頭葉は「嘘つき脳」。私に見える映像、聴こえる音は、後頭葉が捉えた現実世界に記憶を重ねて作られたもの。それがスマタナに曲を作らせ、関根正次に絵を描かせた。
第29回	2004年6月19日 (平成16年度) 文学部453教室 (34号館)	クオリアとは何か —脳と心の関係を探る— 演 者：茂木健一郎 (ソニーコンピュータサイエンス研究所シニアリサーチャー・東京工業大学大学院客員助教授) 掲載瓦版：2004年秋号 URL：http://www.waseda.jp/assoc-wpa/kawara7_5_021505r.htm クオリアという言葉キーワードとして、人間の意識の謎に迫りたいと考えている。脳という物質から意識という現象が現れるのはなぜか？そのメカニズムはまだ解明されていない。
第30回	2005年6月18日 (平成17年度) 文学部453教室 (34号館)	コトバとコトバのない世界 —認知症 (痴呆症) を通して見るコミュニケーションの構造— 演 者：大井 玄 (東京大学名誉教授) 掲載瓦版：2005年春秋合併号 URL：http://www.waseda.jp/assoc-wpa/kawara8_7_042606.htm 若いころは理性、言語、論理によって多くのことが理解できると考えていたが、認知症の高齢者と接するうちに、世界観が変容した。コトバとコトバのない世界。
第31回	2006年6月10日 (平成18年度) 小野記念講堂	生命の時間 演 者：本川達雄 (東京工業大学教授)

回	開催日／会場	講演名／演者／掲載瓦版／URL
		掲載瓦版：2006年秋号 URL：http://www.waseda.jp/assoc-wpa/kawara10_6_101106.html ナマコには目もなく、脳もない。動きも遅いが、ちゃんと生きている。個々の生命には、それぞれの世界があり、時間がある。大自然のリズムの中に、すべての生命が適応し、ながらえている。
第32回	2007年6月16日 (平成19年度) 小野記念講堂	「身体心理学の提唱」～東洋の身体論に注目し欧米の心理学に新しいパラダイムの提案を試みるものである～ 演 者：春木 豊（早稲田大学名誉教授） 掲載瓦版：2007年秋号 URL：http://www.waseda.jp/assoc-wpa/kawara12_7_1007.html 人間の動作は随意的、内臓の動きなどは不随意的。しかし呼吸はその中間にある。身体と心は相互に影響を及ぼしあっている。心身の相関について考える。
第33回	2008年6月28日 (平成20年度) 文学部453教室 (34号館)	現代社会の分析 演 者：小田 晋（帝塚山学院大学教授、国際医療福祉大学客員教授） 掲載瓦版：2008年秋号 URL：http://www.waseda.jp/assoc-wpa/kawara14_7_020309.htm 古今東西にわたる広範な学識を背景に、秋葉原殺傷事件のようなトピカルな話題や英国の昔の猟奇的な事件などを淡々と冷静に解説された。
第34回	2009年6月27日 (平成21年度) 文学部453教室 (34号館)	皮膚と心 演 者：山口 創（桜美林大学准教授） 掲載瓦版：2009年秋号 URL：http://www.waseda.jp/assoc-wpa/yamaguchi2009_1r.pdf 触覚という未知の領域に関心と呼び覚まされる知見の数々、子どもの頃の身体接触が人への安心感や自尊心を育むという研究成果に惹きつけられた。一方で、親の育児ストレスにも配慮するバランス感覚も人気の理由と納得した。
第35回	2010年6月19日 (平成22年度) 文学部453教室 (34号館)	ネガティブ・マインド ～うつを知って、うつと付き合う～ 演 者：坂本真士（日本大学文理学部心理学科教授） 掲載瓦版：2010年秋号 URL：http://www.waseda.jp/assoc-wpa/sakamoto2010_1.pdf ネガティブ・マインドは社会心理学と臨床心理学に共通の態度・対人感情・印象形成・スキーマといったこととつながる。「うつ状態を知り・付き合う」ことは臨床の問題であるが社会心理学のテーマにもある。

回	開催日／会場	講演名／演者／掲載瓦版／URL
第36回	2011年6月25日 (平成23年度) 小野記念講堂	仮想的身体運動としての心 演 者：月本 洋 (東京電機大学教授) 掲載瓦版：2011年秋号 URL：http://www.waseda.jp/assoc-wpa/kawara20.ppt 心の発達を脳内の運動指令のはたらきに焦点を当て実証的に解明するアプローチは興味深かった。心と身体運動の相互作用について考える良い機会を与えていただいた。 [詳しくはP53]
第37回	2012年6月23日 (平成24年度) 小野記念講堂	災害と人間行動 ～災害に負けないしなやかな社会の創造～ 演 者：林 春男 (京都大学防災研究所巨大災害センター教授) 掲載瓦版：2012年秋号 URL：http://www.waseda.jp/assoc-wpa/kawara22_2012.pdf 巨大地震の様相を踏まえて、防災のあり方が論じられた。阪神淡路大震災 (1995年)、東日本大震災 (2011年) が参照され、レジリエンスを備えた都市構築の必要性が指摘された。都市の復興に10年かかること、また、被災者には住居と人間関係の回復が最重要事項であることなどが示された。 [詳しくはP56]
第38回	2013年6月22日 (平成25年度) 文学部453教室 (34号館)	プロダクティブ・エイジング2040年高齢者4割の社会を考える キーノートスピーカー：谷口幸一 (東海大学教授) 指定討論：所 正文 (立正大学教授) 掲載瓦版：2013年冬号 URL：http://www.waseda.jp/assoc-wpa/kawara24_010214.pdf 「プロダクティブ・エイジング：2040年高齢者4割の社会を考える」のシンポを実施。前半は聴衆との問答形式で高齢者イメージや高齢社会の認識を問うエイジングクイズを実施、後半は老年学研究や2040年問題の質疑を行った。 [詳しくはP60]
第39回	2014年6月28日 (平成26年度) 文学部33号館 第1会議室	目からウロコの睡眠学 ～ホットミルクから金縛りまで～ 演 者：福田一彦 (江戸川大学社会学部人間心理学科教授) 掲載瓦版：2014年冬号 URL：http://www.waseda.jp/assoc-wpa/kawara14_122714.pdf さまざまな機器の発達により、睡眠中の脳の働きを観察することが可能になり、金縛りとか幽体離脱とか、今まで神秘的と考えられていた現象も科学的に説明ができるようになってきた。 [詳しくはP65]
第40回	2015年6月6日 (平成27年度) 文学部382教室 (36号館)	腰痛を解く心のナゾ 演 者：丹羽真一 (福島県立医大会津医療センター特任教授・福島県立医科大学名誉教授)

回	開催日／会場	講演名／演者／掲載瓦版／URL
		<p>掲載瓦版：2015年冬号 URL：http://www.waseda.jp/assoc-wpa/kawara122115.pdf</p> <p>近年、腰痛に心が関係し、原因の大きな部分を占めているという事がわかった。丹羽先生は福島県立医科大学にて整形外科の先生と共同でこの解明のためのご臨床研究に当たってこられた。腰痛の裏にある心について多角的に御講義いただき、聴衆の皆様方にも腰痛に対する新たな視点としてご納得いただいた。心理は医学の中で扱われる痛みともこんなに深くかかわっているのだということを深く認識した。</p> <p>[詳しくはP68]</p>
第41回	2016年6月18日 (平成28年度) 文学部453教室 (34号館)	<p>生体リズムに基づいた健康法</p> <p>演 者：柴田重信（早稲田大学理工学術院教授・先端生命医学センター）</p> <p>掲載瓦版：2016年冬号 URL：http://www.waseda.jp/assoc-wpa/kawara010617_r1.pdf</p> <p>1日の活動を支える体内時計にサーカディアンリズムがある。この時間軸からは食・栄養問題（「時間栄養学」）の視点からは朝食抜き行動、夜型タイプの行動、老人と食など、時間軸からの健康科学が必要である。</p> <p>[詳しくはP72]</p>
第42回	2017年6月24日 (平成29年度) 小野記念講堂	<p>高次脳機能からみた大人の「発達障害」</p> <p>演 者：坂爪一幸（早稲田大学教育・総合科学学術院教授）</p> <p>掲載瓦版：2017年秋号 URL：http://www.waseda.jp/assoc-wpa/kawara2017_12.pdf</p> <p>「融通が利かない」「自己中心的」等の対人関係の特徴が、高次脳機能の発達の遅れや偏りに起因することが知られるようになってきた。大人になるまでの苦悩の影響や、多面的な支援の在り方について紹介いただいた。</p>
第43回	2018年6月23日 (平成30年度) 小野記念講堂	<p>発達障害の医療・教育・療育の最前線 ―連携と今後の方向性に向けて―</p> <p>司会・コーディネーター：坂爪一幸（早稲田大学教育・総合科学学術院教授）</p> <p>シンポジスト：林 寧哲（ランディック日本橋クリニック） 丹野哲也（東京都教育庁指導部） 湯汲英史（公益社団法人発達協会）</p> <p>掲載瓦版：2018年冬号 URL：http://www.waseda.jp/assoc-wpa/kawara_010619.pdf</p> <p>言葉は広まっても理解・対応が追い付かない発達障害を、精神科医療・教育行政・療育、3つの専門領域の取り組みから立体的にとらえることができた貴重な機会。連携のために何を学び何を強みとするか、心理職の課題も見えてきた。</p>

3. 仮想的身体運動としての心

月本 洋（東京電機大学）

研究分野ですが、元々は人工知能で、私の研究室は、人工知能研究室という名前を付けていますが、身体性人工知能というテーマを掲げるとですね、どうも従来の人工知能では納まらないようになって来ました。もうひとつは、脳機能画像からのデータマイニングです。データマイニングとは、大量のデータからの知識やパターンの発見ということです。

約10年前ですか、人工知能には身体が必要であるという結論に達しました。これを聞くと、「えっ」と思われる方が多いと思うのですが、ふつう人工知能の研究では、知能と身体は関係ないというのが前提で、コンピュータで人間の知能の真似事をするということになってはいますが、それに対し、そうではないのではないかとということで、人工知能からは距離を置くようになりました。

著書ですが、2002年ごろには「ロボットのこころ」だったのですが、それ以降は「想像」とか「脳機能画像解析入門」とか「日本人の脳に主語はいらぬ」とか「日本語は論理的である」とか、そういう方に行っています。今日は、一番新しい、去年の4月ナカニシヤ出版から出した、「心の発生」の中から、いくつかお話ししたいと思います。

仮想的身体運動としての心

最初は仮想的身体運動としての「心」ではなくて、「想像」ということです。藤原喜愛さんの「イメージと人間」(1974年)という本の中に「たばこ」と「スキー」の例があります。たばこを吸っているのをイメージして下さいと言うと、当時はまだ今みたいにセンサーが無いので、電圧計と電流計を付けて筋電図みたいのを撮ると、唇の筋電図が出て来るのです。だからイメージを作ると言うのは、頭の中でやっているのではなくて、身体の一部を使っているということが分かるわけです。スキーのできない人に「スキーのイメージをして下さい」と言う、筋電図の反応がバラバラですが、スキーのできる人に言うと、腕と足の動きが連動して出て来る。できる人とできない人の差がそこで現れる。だからスキーのイメージをするとき、頭だけを使っているのではない、身体を使っているということが分かります。

これは私が数年前にやった実験ですが、指のタッピング。「指のタッピングのイメージをして下さい」と言う、中々難しいです、そう簡単には出来ない。眼を閉じて、頭の中に指の形を描いて、こうすると言うのはダメですね。それは視覚像を作っている、眼球を動かしていることになるのです。気を指先に集中させる。そして、まさに動かんとする状態にする。動かしてはいけないけど、動かす寸前まで力を入れる。訓練しますと、幻の指が、若干、内側に入って来る感じになる。それが指のタッピングのイ

メージです。fMRIの画像を見てもらうと分かりますが、ちょっと指の運動野のところ
がうっすらしています。指だけに限らず、身体のある部分を実際に動かすときと、イ
メージするときと同じ部位を使っているというのは、ほぼ確定した事実、これからひっ
くり返るということは無いと思います。

高度な認知は関係ないだろうというふうな反応が時々あるのですが、ソロバンの上手
な人に聞くと、やはりソロバンの玉を眼で頭の中に作っている。それから玉を動かす動
作を仮想的に作っている。指先や眼球を仮想的に使っている。ということで認知とか高
度な知的な作業も身体的部位を使いながらやっているという風に言えるんじゃないかと
思います。想像とは仮想的な身体運動だということなのです。

運動の抑制でイメージが生成される

脳の中には運動を円滑に行なうための予測器が存在します。自分で脇腹をくすぐって
も、くすぐったくない。しかし他人に触られるとくすぐりたい。私が指で脇腹をくすぐ
ると運動野から指令が出て、私の脇腹をくすぐる。すると、くすぐりたいという感覚が
出て来る。しかし脳は運動野から出る運動指令をコピーして、脳の中の予測器に送る。
脳はどのような感覚が脇腹に起こるかを予測して、その感覚をキャンセルする。だからく
すぐったくない。脳は自分の運動が引き起こす感覚を予測して、それをキャンセルしに
行くということをやっている。他人にされる場合は、私の運動野は動かない。運動指令
も出ないし、指も動かない。予測器も動かない。他人の場合は、くすぐりたいという感
覚が残る。キャンセル掛かりませんから、そのままくすぐりたい。目的は何かと言いま
すと、感覚が運動の邪魔をしない。邪魔な感覚は殺すというのが、脳の基本的な設計原
理みたいなのです。

今まで予測器と呼んで来ましたが、予測モデルというふうに変えます。何故モデ
ルかと言いますとですね、これを見てもらうと分かるのですが、腕を動かしてそこまで
行くのに、身体とか環境を含めた、自分の周辺部分のモデルを持っていないと計算でき
ない。自分の周辺の物理世界のモデルを持っているからこそ計算が出来る。モデルとい
う言い方をします。

ここで抑制というのが入って来ますが、先程、「指のタッピングをイメージして下さい
」とありましたが、指を動かさないで動かすイメージをするというのは難しい。抑制
が掛かると筋肉の方は動かない。それを仮想的身体運動と言います。遠心性コピーはそ
のまま予測モデルに送られ、予測感覚が作られる。これがイメージだというふうに最
近、言われています。だからイメージは運動指令のコピーなのだ、イメージは運動をし
ているときに常に出ている。常に出ているけど、実際の運動や知覚、感覚の方が信号の
強度が大きく、圧倒的にイメージの方が小さいので、それに気付かない。運動や感覚が
おさまったときに初めて気が付く。

一般的な身体運動を話しましたが、運動能力で人間が他の動物と比べて優れてい

るのは、舌、しゃべることだと思うのですね。チンパンジーが人間に一番近いのですが、チンパンジーは中々声を出せない。喉の造りが人間と違う。他の動物と比べて、運動能力で人間が一番優れているところだと思うのですね。眼でいろんなものを見ますけれども、それをですね、自分の身体で真似ようとすると、鉛筆とかクレヨンとかクレパスで描かなくてはいけない。自分の身体だけじゃ出来ない。ところが音に関しては、耳から入って来る音に関しては、我々は飛行機の音であろうが、豚の鳴き声であろうが、こういう叩く音であろうがですね、ほとんど真似することが出来る。

言葉ですけど、これが有名な記号＝記号表現＋記号内容という表記です。これを今のですね、神経的な表現に使うと、こういう風になるのじゃないのかな。記号表現をいちおう音声にしておきますと、私が頭の中で、「机」とか言いますと、抑制を掛けているから音は出て行かない。机という音のイメージだけ頭の中に浮かぶ。そうして眼を閉じると、机という視覚像が頭の中に浮かぶ。実際に絵を作ろうとすると、まぶたを閉じないと出来ないですね。でイメージを作る。視覚イメージが記号内容となる。こんな形が、いわゆる記号表現と記号内容の神経的なモデルではないかと思えます。

乳幼児における心の発生

乳幼児のうちにイメージが発生するためには、①予測モデルの発達が必要である。それから②記憶の発達が必要です。当然、運動記憶の発達も必要なわけですね。これが発達しても、③抑制を掛けられないと、動いちゃいますので、抑えなければいけない。3つが必要なわけですね。発達はひとことで言うのですね、運動ですね。子どもを見ると、同じことを何度もやっている。それで出来るようになって来る。

抑制はいろんなところでやっている。一番重要なのは、この大脳基底核。ここが抑制センターになって、脳全体に対して、抑制信号を常に出している。大脳基底核等の抑制機能の発達により、まず①独立二足歩行が出来るようになる。また運動の抑制による②イメージの発生。3つ目は③共感覚的表象から感覚独立表象へということで、大脳基底核が抑制センターで、それが歩くこと、イメージを作ること、この感覚の独立にも関わっていると思えます。

二足歩行と心の発生ですが、言葉の数が増える時期と心の発生がほぼ同時期、18カ月20カ月ぐらいですね。一人で歩けるようになると言葉の数が増える。言葉の数が増える時期、急激に増える時期は、心の発生と同期していると考えていいのではないかな。私の仮説としては、大脳基底核の発達が、二足歩行と同時にイメージの発生、それがひいては心の発生と繋がると思うのですね。

我々、生まれてきたときは感覚が独立していない、共感覚状態で生まれて来る。それを抑制機能の発達によって分離する。大脳基底核等の抑制機能の発達で、共感覚表象から感覚独立的表象になる。これが何故、重要かと言いますと、音声の神経的基盤と視覚イメージの神経的基盤が分かれている。聴覚と視覚が分かれるからこそ、初めて記号表

現、記号内容、つまり言葉に対応したイメージを作ることが出来る。

ここでは記号表現と記号内容が分離しているという前提でお話ししていますが、乳幼児では、たぶん分離されていない。そこが分離して、初めて言語的な表現になるわけです。分離されていないとき、そういう時、指差しが出るのですね。指差しというのは、記号的な動作なのですが、言語的な記号ではない。何故かというと、目の前にあるものしか差せない。これが分離することによって、目の前に無いものを記号内容に出来る。目の前に無いものを指し示すことが出来るようになるということは、抑制機能の発達、イメージが感覚独立的になるということは、同時に言語的になるということですね。記号表現、記号内容、両方とも目の前に無いもので構成される。そこで初めて、言語が発達する条件がそろおう。

思考というのは、対話の内化というか、そういう訓練をして一人で出来るようになる、という風に言えるのではないかと思います。音声イメージ、聴覚イメージが内部で作れるようになる。イメージが最後には心というものになる。言葉は音声の組み合わせであるが、その音声を現実には存在しないものを意味するように組み合わせることが出来る。その組み合わせにより、自分の内部に、外部の物理的世界とは別の世界が存在するような感じが生まれる。これが心の実感に繋がるのではないかと思います。

まとめ

仮想的身体運動としての心ですが、別の表現をすると、運動指令としての心なのですね。運動指令というと、神経的な知識を前提としないと出て来ないと思うんですが、心とは（身体）運動指令の「世界」。物とは身体運動の「世界」。デカルト以来、心理学としての哲学、心身二元論というのがありまして、物と心の乖離ですね、どういう風に調和しているのか？それは、そもそも別のものと設定するからですね。二元論を克服するのは難しいし、どういう風に調和しているのか分からないですけれども、そうじゃなくて、心とは（身体）運動指令の「世界」、物とは身体運動の「世界」と考えれば、これで完全に解消するわけではないですけれども、心身二元論を克服出来るのではないか。心と物の乖離、統合失調症なども、運動指令と運動が乖離している、ということで説明することが出来るのではないかと思います。

4. 災害と人間行動 ～災害に負けない しなやかな社会の創造～

林 春男（京都大学防災研究所）

東日本大震災

去年の3月11日の午後、マグニチュード9という、たいへん大きな地震がございました。海底を震源としていましたので、ほぼ日本中、大津波警報が出るというような津波

になりました。この地震は実際には2つの地震が引き続き起こってしまったために、結果的にものすごく大きな地震になってしまいました。海の底が盛り上がる、とくに宮城県の沖合がひどかったわけですが、25メートル盛り上がったと言われてますから、4,000メートルの海底が25メートル上るということで、大きな津波に襲われました。これは毎年1月に政府の地震調査研究推進本部というところが出す、日本中どこで地震が起きやすいかという地図です。一番高かったのはどこかという宮城県の沖合です。宮城県沖地震と書いてあります。マグニチュード7.5から8程度が99%、それからそのちょっと外側に三陸沖南部海溝寄りというのが80から90%というのが予想されておりました。3月11日はまさしくそこが出発点となって地震が起きた。だから政府の地震調査研究推進本部が言っていたとおりに地震が起きた。

今回の震災は戦後はじめて2万人近い死者が出てしまいました。それまでの最大は阪神淡路大震災の6,500人弱でしたから、とてつもなく死者の数が多かったわけです。2万人も亡くなって、たいへんな被害だと思いますけれども、人口比で見ると一番ひどい宮城県で見ても0.6%くらいにしかなりません。逆に言うと、地震がいくらすごいと言われても、99.4%の人は、それを生き残って、また生きて行かなくてはならないという課題があるんですけれども、いささか防災というのは、生命を救えばいいというところで話が終わっているというのも、注意をして良いかもしれません。

防災の考え方の進化

防災そのものが、東日本大震災を受けて、いろいろ様変わりしつつあるように思いますけれども、防災の世界にずっと首を突っ込んでいると、僕が始めて以来でも、少なくとも3つのアプローチがあって、少しずつニュアンスが変わっているんだということが感じられます。1970年代と21世紀に入ったのところで、この2つにターニングポイントがあるように思います。①70年代までの日本の防災というのは、基本的には“消防”とほぼ同義というふうに思っていた方がいいと思います。火災予防をするとかが防災でした。グラッと来たら火の始末というのをたいへん大事なことにしてきたわけです。それが②70年代に入るところで、いろいろ様変わりをします。災害に強い街を作ろうというようなことを一生懸命にしました。右肩上りでいろんなものがどんどん豊かになっていった時代、ものが作られていった時代、と考えて良いのかもしれませんが。そういうことで街がどんどん様変わりをし、災害に強いということを実現できるんじゃないかという思いがあった時代でした。脆弱性をつぶしていくことが防災であり、災害に強い街になるというように考えました。その延長で、東京は今どんどん綺麗な街になっているのも事実ですけれども、そうやって街にあった脆弱性がどんどん減っていくんだという考え方です。ところが、それが根本的に破綻をしたのが③2001年のあの9月11日です。アメリカで同時多発テロが起きます。あのテロというのは、まさかと思っていたことが現実に起こる。それこそ“想定外”です。敵がハッキリしていれば、それに対す

る脆弱性も明らかになるのですが、敵がどんどんどんどん増えてしまうと、そのいろいろなリスクに対して対抗していかなくてはいけない。むしろ大事なのは、災害に遭って少し凹むかもしれませんが、それに負けない、もう一度立ち直れる、そういう社会を造っていかなければいけないというのが基本になります。

災害に負けない しなやかな社会

それで最近のキーワードはというので、今日のタイトルの副題にさせていただきましたけれども、“災害に負けない しなやかな社会”、そういうものを造っていこうというようなことを考えています。“災害に負けない社会”というのは具体的にどういう社会かということ、それぞれの組織が自分たちの本来やらなければいけないことをどんな状況になっても継続できる力、それをそれぞれの組織が高めていこうということを意味していると考えていただいて良いと思います。その事業継続能力というのをレジリエンスという言葉で表わせます。レジリエンスというのは心理学の分野ではわりと普通に使われている言葉だと言われていますが、防災の分野でも21世紀に入ってからたいへん重要なキーワードになりました。

レジリエンスのイメージというのを見ていただくために、ここにこんな絵を描きました。普段はそれぞれの組織が100%の機能を果たしている。災害が起きて被害が発生してしまうために機能喪失が起きる。その上で、それを一生懸命復旧しようとする。その間、三角形のくぼみができるわけですが、これが事業中断の部分である、あるいは組織が持っている脆弱性だという風に考えていただいてもいいかもしれません。そうするとそれを減らしていく、つまりこの三角形の部分減らしていくことが事業継続能力の向上になるわけですが、基本的に2つの方向がある。面積を半分にしよと思えば、三角形ですから落ち込みを減らせば良いわけですね。それから立ち上がりを早くしても減るわけです。この2つのオプションを適切に組み合わせる。あるいは資源の当て方を工夫する。そういうことを総合的に進めていくことが新しい防災の姿なのではないかと思えます。

レジリエンスというのは回復力です。立ち直る力です。残念ながら立ち直る力は有限です。有限の立ち直る力を最大限生かすためには、あらかじめヤバイと分かっているハザードについては予防措置をしてパッチを当てておく。リスクを順番に並べることにしたのは、そういうパッチをどこまで当てるかを冷静に考えることが必要なんじゃないかということです。パッチが当たっていれば、それを抜けて、いきなり回復力を働かせなければならない危険は減っていくわけですので、全体としての立ち直りのチャンスというのは増えると思います。何が予防されるべきで、どこまで予防されるべきか決めるのは、じつはレジリエンスの側の判断だと思うようになりました。それはとくに東日本大震災以降、強く思っているところです。この重み付けを間違えると総合性が失われていくのだという風になるのだと思います。

社会のストックの再建（復興）

幸か不幸か災害というの、発生直後は、非常に早い周期というか、時間の経過でどんどん状況が変わっていきますので、次々と場面が展開していく。そういう混乱というのは数カ月で社会的には終わる。この東日本大震災でも夏までに、ある意味では、表面上落ち着きは取り戻しているわけですが、それで問題が終わったわけではなくて、実は何年も掛かるたいへん大きな長いプロセスです。ところがイベントとして見ると、ほとんど無いんです。そういう辛い日常を毎日毎日繰り返していく。最終的にはそれを受け入れる。そういう自己受容のプロセスみたいなものが、復旧復興期の特徴なのです。

そうやって考えると、応急対応期と復旧復興期というのは全然違うメカニズムで区分をし、対応というのもして行かなくてはいけないのではないかと思います。

この復興ということですが、今、東日本はここに入ったところですが、どうなるのかと言うと、実はたいへん複雑な問題があります。まず社会基盤を戻す。それをしないと住まいも戻りませんし、経済も戻らない。住むところが出来て、働く場所がないと、生活が戻らないということを考えていただくと、こういう複雑な構造の中で、様々な事業を同時に進めるのが、復興事業と思っていただいてもいいかもしれません。阪神淡路大震災のときには、全部で1000、こういう事業が復旧、復興の中で実行されていますから、非常に複雑だということもお分かりいただけると思います。あの当時はまだ場所が小さかったですし、人もたくさん居ましたので、社会基盤は2年で戻りましたし、住宅は5年で戻りました。都市計画もほぼ10年で元に戻ったのですが、97年以降の経済不況のために経済は戻らない。ということは結論として被災地の生活も戻らないという状況がずっと続いているということになります。

創造的な復興を実現するために

どうしたら生活再建が出来るのかというのを、震災から5年経ったところで調査をしてほしいと神戸市の方から頼まれて、被災者自身に聞いてみたら、こういう風に答えてくれました、というのをご紹介したいと思います。7つの要素がありました。その中で、みんなが一番大事だと言ったのは、「自分の住まいが戻ること」でした。2つ目に大事だと言ったのは、「人間関係」でした。私も社会心理学をやっていると言いながら、まさかそんなものが出るとは思わなかった訳ですけれども、いきなりこのグラフでいうと2番目になっちゃった。どういうことかと言うと、正直に言って神戸の人達がそんなに豊かな人間関係の中で暮らしていた訳ではありません。ただ人との関係無しには暮らすことは出来ない。以来、ほとんど仮設住宅というのが集落単位で、通常の人間関係を切らずに動くようになりましたけれども、それはどちらかと言うと、ここから出発しているのかもしれない。

今、そういう阪神の経験を踏まえて、いろんなところで「復興のためにこうしたら」と申し上げているのは、復興の一番の基本は経済再建ではないかという風に言っていま

す。それをするための道具として都市の再建というのがある。都市の再建というのは公費が投入できる訳ですから、国としてはこれが一番やりやすい。だけど、これを自分たちの好き勝手にやってもらおうと、一番大事なときにお金が入らない。ですから経済再建のグランドビジョンのもとに適切なタイミングで資金が投入されるような仕組みにしないと、結果として復興というのはいかない。被災者から生活再建が大事、大事と言われるんですが、そうやってお金をもらって暮らすような生き方というのは、余り健全だとは言えない訳で、むしろ経済を活性化することによって、いわば余剰の税金をもって、それを自分たちで配分するような仕組みにしたらどうでしょうというようなことをずっと言っています。

5. プロダクティブ・エイジング 2040年 高齢者4割の社会を考える

キーノート・スピーカー 谷口幸一
指定討論者 所 正文

【谷口】

私達は過去10年あまり、本学会の一研究部会として老年学研究部会を運営して来ました。超高齢社会を迎えた老人問題は、老いの世代だけでは解決できない、全世代が当事者意識を持って立ち向かわなければ解決できない、最重要の課題であると考えます。しかし、まだ他人事のように我関せずの若年世代も多く居ることも事実です。本日のシンポジウムを、若い人々が、この難題に前向きに取り組める意識変革をはかるひとつの機会にしたいと思います。

PART 1. 高齢者についてのイメージを問う

最初に皆様が会場に入られるときに用紙をお渡ししました。高齢者にどういうイメージを持たれるかということで、御回答をいただきたいんですけども。評価表のAというのをお持ちの方と、Bというのをお持ちの方と別々に居られると思いますが、

評価表Aの方は、「あなたの考える『健康状態の良好な自立した高齢者（複数人）』を思い浮かべ、次の観点から、その方々の行動を振り返り、イメージで評価してみてください」。

評価表Bの方は、「あなたの考える『健康状態の悪い要介護の高齢者（複数人）』を思い浮かべ、次の観点から、その方々の行動を振り返り、イメージで評価してみてください」。

さまざまなイメージテストがありますが時間がありませんので、最終的に集約された“老い”というものに対して、どういう観点から評価するかということが6つの因子に集約されているというスケールがございます。1から7の評価点のいずれかに、直感的

で良いですから評価をしていただきたいと思います。

- ①「有能性」について
- ②「活動自立性」について
- ③「幸福度」について
- ④「協調性」について
- ⑤「温和性」について
- ⑥「社会的外向性」について

プラスに該当する場合は5とか6とか7に評点が寄ると。1か2に寄るということはマイナスである、そのような簡便な形で評価をしていただきますが、まずそれをやっていただけますか。

アンケートAの回答（健康な高齢者をイメージ）

健康な高齢者というイメージは中間の4よりも高い評価が多いという結果が出ました。

アンケートBの回答（虚弱な高齢者をイメージ）

皆さんの挙手をいただいた傾向を見ると、やはり要介護、虚弱な高齢者の人のイメージというのは、低い傾向があると、こういう結果が出ました。

身体が不自由な方はどうしても自立能力が、身体的な自立も、精神的な認知機能も十分に無いということで、どうしても評価点が下がる傾向があります。高齢者と言っても様々な健康レベルの方が居られるということ、まず理解していただきたい。

PART 2. 高齢社会の認識をクイズで問う

（参加者に問題用紙を事前に配布。設問のあとに「Yes」「No」で回答して貰う。）

①70歳の方は自分のことを高齢者だと思っているか？

「自らを高齢者と思う人」は、70歳前半で42%です。60歳代ではわずか13%ぐらいしか居ない。ほとんどの高齢者が自分を老人であると思っていることは、「否」であるということですね。

②結晶性知能と流動性知能はともに衰えるか？

高齢者になっても低下しない知能があるということで「正」。結晶性知能と流動性知能という2つの知能があり、結晶性知能（言語性知能）は、20代の人よりも、むしろ80代の人の方が優れている。日常生活ではこういう知能のほうが大事だということ、認識していただきたい。

③記憶の加齢変化は一樣か？

意味記憶というのは歳を取ってもほとんど落ちない。様々な生活経験の中でどんどん蓄積され、経験がものを言う。それに対してエピソード記憶、これは昨日あったこと、さっきあったことを丸ごと思い出せる能力というのは極端に落ちる。また、運動技能の

記憶とか、朝晩の生活習慣など、手続記憶はあまり加齢の影響は無い。無意識の内に色々なことが出来る。こういうことで、一口に我々の記憶と言っても、加齢の影響を受けやすい記憶とそうでない記憶があります。

④高年齢ドライバーの急増で事故が増えるか？

右折事故とか出会い頭事故は高齢者が多いが、40歳以下の人は逆にスピードの出し過ぎとか脇見運転の事故死が多い。運転技術への過信が若者の事故率を高めていると言える。

⑤高齢者は変化や新たな挑戦を嫌う？

「否」です。これも枚挙に暇がないのでありますが、最近では三浦雄一郎さんが80歳でエベレストに登頂したと。そういう活動的で挑戦的な人はたいへん多いと思います。

⑥高齢者は他の世代よりも詐欺に引っ掛かり易い？

これも「否」です。高齢者だけが詐欺に引っ掛かり易いんじゃない。50代が一番多いそうです。架空請求詐欺の被害は20代が最も多い。融資保証詐欺は40代が最も多い。

⑦性格の年齢変化は好ましくないか？

「性格に好ましくない変化が起こるか?」。「否」です。主要5因子性格検査（ビッグファイブ・テスト）をやりますと、大方の性格特性は加齢による変動は少なく、むしろ、好ましい、安定した性格に向かうという結果が出ています。

⑧巧緻性、上肢筋力の年齢による低下は少ない？

体力、運動能力は、種類によってはそんなに落ちない。手先の器用さとか、筋力はあまり落ちない。ところが膝の伸展力とか、速く歩きなさいとか、柔軟性はものすごく落ちが大きい。手先を使う運動とか、細かい作業、あるいは握力などは思ったほど落ちない。

⑨高齢者の3割は認知症になる？

ついこの間の全国調査によると認知症の発症率は15%、軽度認知症の人が約400万人ということですが、それでも85%の人はならないということですし、予防が出来る。軽度認知症のときにトレーニングをすると、認知症へ移行することを防ぐことが出来ると考えられています。

⑩高齢者の日常的問題解決能力は若者より優れている？

これは「正」です。日々の問題解決能力、対人関係能力は50代後半、60代から増える。20代の人より遥かに高い。実際的な問題解決能力、対処能力も高齢になればむしろ増える。社会的問題解決能力や対人関係調整能力、日常のトラブル解決能力も60歳代後半から高くなる。

以上、こんにちの研究成果で言われていることをクイズ形式で並べたものですが、10点満点という人は？ ああ一人居られましたね。5点以下の人は？ …5～6人居られました。必ずしも我々の思っていることが実態とはそぐわないということをお考えいただければと思います。

まとめ

老年学、ジェロントロジーが、加齢変化の科学的研究、中高年の問題に対する研究である。人文学からの研究、歴史、哲学、宗教、文学からのアプローチも必要である、成人や高齢者に役立つ知識をいかに応用するか、こういったことを総合的に研究するのが、“老いの学”ということで、心理学だけではとても解決できない、医学だけではとても解決できない、というのが“老いの問題”ではないかと、こういうことでございます。

【所】

1. プロダクティブ・エイジングの真の意味

エイジングと言うと、まず老化と衰退ということで、老いるということについてはネガティブなイメージが持たれています。これに対して、従来アンチ・エイジングという考え方があり、ひとつには老化と衰退ということに抗して、“ピンピンコロリ”という風に、老年期ということを経験せずに中年期の元気な状態でポックリ死にたいということです。もうひとつは知恵と熟達というプラスの面に着目する。ただ、このアンチ・エイジングは、個人の生活にしか注目をしておらず、社会との結び付きという点において少し欠落している面があるのではないかと思います。

そこで今日のプロダクティブ・エイジングです。これの重要性、2つほどあると思うんですが。

ひとつは高齢者の社会貢献意欲への着目ということです。自分だけが楽しんで、それで老後を生きていけば良いというのではなくて、社会貢献していきたいという、こういった考え方は非常に重要じゃないかと思います。もうひとつは生涯発達として老いの受容ですね。これはピンピンコロリではなく、老化と衰退の面も全体として受け入れるのが生涯発達ということですね。

2. 従来の老年学研究の問題点

今までの老年学研究は、高齢者だけにしか着目していなかった。人口全体に占める割合に高齢者比率がいかに高くなるとはいえ、そうした社会に若者がどうやって生きていくのかという視点が明らかに欠落している。若い人の視点でこうした講座が開かれないということが、まずあるわけで、それで若い人が集まって来ない。要するに高齢者の視点でしかものを見ていないのではないかと私は訴えたいと思います。

3. 21世紀中頃の日本社会展望 (1)：異文化共生社会

21世紀中頃の日本社会は異文化共生社会になるだろうと予測をしています。総人口9000万人、65歳以上人口比率40%という超高齢社会になると、経済の活力を維持するためアジア近隣諸国から外国人労働者を受け入れることが避けられない。現在の若い人は、こうした大変革を遂げる時代を生きていくわけであり、それを踏まえて人生設計を

組み立てていてほしい。日本の高齢社会というのは合わせてこういうことが起こるんだということですね。

3. 21世紀中頃の日本社会展望 (2)：緩やかな下り坂社会

医療、介護等、サービス分野への需要が大幅に高まる。労働の現場としては女性の活躍の場が広がる。一方、人口が減るので製造業や建設業など男の職場は減少する。グローバル企業の人材争奪戦が激化し、優秀な人材を獲得しないと生き残れない。インド、中東、北アフリカ、東欧等からの採用が活発化し、日本の本社は従業員トレーニングのための場になるという予測もある。人口減少により、地方社会での無居住化地域はさらに広がって行くだろう。

まとめ

高齢者人口が増えて、認知症の人たちが増えると。それは確かにそうなんですが、ただ80%の人たちは自立可能な人たちであるわけです。元気な高齢者の方々は、積極的に持続可能な社会のために、何をしてもらえるかということよりも、何が出来るかを考えて、社会貢献活動を行なっていくべきなのではないかということが、プロダクティブ・エイジングのまずひとつ目のことなのではないかと思います。2番目が生涯発達としての老いの受容ということですが、これはポジティブな面とネガティブな面を包括して受け入れるということが生涯発達であると。冒頭に申し上げたことですが、高齢者も社会の一員として共存しているという自覚を持つべきであろうということです。

— 質 疑 応 答 —

質問A (女性)

昔と比較して寿命が延びたときに、65歳といったところに、どのぐらい意味があるのですか？

谷口

現代の65歳というのは、あくまでも法律上の65歳で、医学的にはそれほどの意味はない。WHOが統計を取るために今は65歳で分けている。70歳以上にしようという話も出ています。

質問B (男性)

個人的な努力でプロダクティブに生きるというのも必要ですし、社会的な工夫と両方必要。その相乗効果を高めていくのが課題なのではないかと思いますが。

谷口

最後は安心して介護されることの出来る社会にしないと本物じゃない。安心して甘えられる人間関係作りだとかいうものが、最後の勝負どころじゃないかと思います。

6. 目からウロコの睡眠学 ～金縛りからホットミルクまで～

福田一彦（江戸川大学社会学部人間心理学科）

眠りのデマ

「生まれてこの方眠ったことなどない」などという人は1人もいない。眠りはほとんどの人々が1日に1回は経験する非常に身近な現象である。毎日経験する現象であるので、ある程度、常識的な知識はすでに持っていると感じている人が多いのではないか。また、残念なことに日本は世界有数の「不眠大国」とも呼ばれ、そのおかげか、睡眠について興味を持ってくださる方も多い。しかし、巷にあふれる睡眠についての「常識」は、われわれ睡眠研究者の目から見ると神話やデマと呼んだほうが良いものが多いのが実態である。しかも、その多くは、あたかも「科学的な」装いをまとい様々な自称「専門家」が書籍やネット上で公表しているので、一般の人にとっては、それらの真贋の見極めは非常に困難である。

代表的な眠りに関するデマには、90分倍数説がある。レム睡眠の出現周期である90分の倍数の睡眠時間で目覚まし時計をかけるとちょうど、「浅い」睡眠であるレム睡眠で起こされるので目覚めが良いとするものである。しかし、レム睡眠の90分周期というのは、時計のように正確というわけではなく、1時間から2時間の間隔で繰り返され、平均すると約90分というのが実態なので、倍数の睡眠時間にしたらと言って、ちょうどレム睡眠で起こされるわけではない。また、明け方はレム睡眠と浅いノンレム睡眠である睡眠段階2の繰り返しなので、規則的な睡眠習慣である限り、わざわざレム睡眠を選んで目覚める必要はない。また、レム睡眠で目覚めると夢をよく覚えているが、夢はどちらかと言えば楽しい夢よりも怖い夢のほうが多い。わざわざレム睡眠で目覚めるように努力してもその結果は、1日が悪夢から始まるということになりかねない。これ以外にも「夜10時から12時はお肌のゴールデンタイム説」「健やかな眠りにはホットミルク説」など、一見すると「科学的」だが、ほとんど何の役にも立たない「トンデモ説」が横行している。

睡眠の基礎知識と「夢」や「金縛り体験」

寝ている人を外から眺めても実際に眠っているのか眠っている振りをしているだけなのかは分からない。眠っているのかいないのか、また、どのような眠りなのかは脳波や眼球運動や筋電図の記録を行って始めて知ることが出来る。最近レム睡眠やノンレム睡眠という用語はマスコミなどを通じて一般の方の中にも知識として浸透しているようだが、「ノンレム睡眠」という用語は睡眠段階1から4という4つの異なる睡眠段階から成り立っている複合概念である事はほとんど知られていない。ちなみにレム睡眠のレムとはレム睡眠中に出現する急速眼球運動（Rapid Eye Movements）の頭文字REM

に由来している。レム睡眠で覚醒させると約80%の確率で夢が報告される。通常は夢を見ている睡眠段階だが、このレム睡眠が少し特殊な出現の仕方（入眠時レム睡眠：Sleep Onset REM Periods）をすると、（心霊現象と見做されることもある）いわゆる「金縛り」が体験される場合がある。金縛り体験の最中に体験される幻覚は、自身が覚醒して眺めていると信じている寝室の光景も含めて、すべて脳内で再現されているバーチャルリアリティ体験である。詳しくは拙著「金縛りの謎を解く」(PHPサイエンスワールド新書)を参照していただきたい。

健康な生活を手に入れるために

前述したように、睡眠については様々な「説」が信じられているが、その中で最も問題なのは「寝だめができる」という誤解であろう。徹夜をした翌日の夜は、いつもよりも長く寝る傾向があるなど、睡眠には「足し算と引き算」で割り切れる側面がないわけではない。しかし、徹夜の翌日には2日分眠るわけではない事からも単純な足し算・引き算ではないことは難しい説明などしなくても理解出来るであろう。睡眠時間が短すぎる事も問題だが、睡眠時間が長過ぎても問題なのである。睡眠時間が短過ぎても長過ぎても、死亡率は上昇し、動脈硬化のリスクは上昇し、子どもの成績も落ちるのである。我々の睡眠と覚醒は、脳の中にある生物時計の支配下にある。夜は起きていようとしても眠くなり、昼間は寝ようとしても中々寝付けないのは、眠ったり起きていたりするタイミングを脳の中の「時計」が制御しているからである。この生物時計の働きを無視して昼間に長い昼寝をとったり、夜更かし朝寝坊をしたりなどの生活を繰り返す事は心身にとって非常に重大なリスクである。不登校の子どもの睡眠覚醒リズムの規則性を数値化し、家庭内暴力の頻度との相関をもとめると有意な逆相関が認められる。また、徘徊や興奮などを顕著に示す認知症高齢者の睡眠覚醒リズムを規則的にすることでこれらの症状が顕著に低減する。

本来、幼児期には、昼寝は徐々に減って行き、小学校入学時には自然な状態で昼寝をとる子どもは皆無となる。これは、日中に自分自身の脳を覚醒状態に保っておく脳機能の発達的变化と考えられる。ところが、このような発達的变化を無視して保育園で行われている「午睡」の日課は、顕著に夜間睡眠の位相を後退させる。つまり、夜更かしの子どもを作り出すのである。夜更かしの程度は子どもたちの朝の機嫌の悪さや園への行き渋りの頻度などに有意に影響している。発達によって昼寝の無くなった子どもに昼寝を課す事には子どもたちにとって何の利益もないどころか、顕著な悪影響があるのである。著者の関わる東京都足立区保育課では4歳児と5歳児の午睡の日課を中止した。その結果は顕著であり、起床時刻には変化がなく、就床時刻は有意に前進し（早寝となり）、寝かしつけなくても自分で眠りに行く子ども割合が増加し、子どもたちの寝付きも改善し、朝の機嫌も改善された。

思春期の子どもたちには、夕方から夜にかけて長い「仮眠」をとる習慣を持つものが

多い。これは前述の保育園児の昼寝と同様な悪影響を持つ。就床時刻の遅い子どもほど、日中の居眠りが多く、イライラが顕著で、不安や抑うつも悪化する。さらに、就床時刻が同じ子どもでも、夕方の長い仮眠をとっている子どもの方が、仮眠のない子どもよりも、日中の眠気、イライラ、不安、抑うつが全て悪化する。これらは、全て統計的に有意な結果である。睡眠と成績との関連を見ると、睡眠時間が短過ぎても長過ぎても成績は悪くなり、夜更かしであるほど成績は悪く、休日の起床時刻が遅くなればなるほど成績は落ちる。

常に時差ぼけ状態におかれている航空機の乗務員で脳の萎縮が進んでいるというデータがある。また、放射線被曝が避けられない医療従事者よりも、交代制勤務者の発癌リスクが高いとのデータもある。

「早寝早起き」は古いと思う人もいるかもしれない。しかし、我々が脳の中に持っている時計の24時間のリズムは、地球の自転周期に合うように長い進化の過程で造り上げてきた機能であり、これが人工照明などの文明によっておいそれと変わるわけが無い。心身ともに健康な生活を手に入れるためには、暗くなったら眠り、明るくなったら起きるという昼行性生物としての当然の生活習慣の価値を再認識する必要がある。

睡眠と覚醒のリズムを整えるためのノウハウ

睡眠と覚醒のリズムには、光と温度が強く影響する。我々の生物時計は目から取り入れた光の情報をもとに時刻合わせを行うが、本来は暗いはずの夜に強い光を目から入れる事は強力な夜更かしの原因である。最近話題のブルーライトは特に強い悪影響を及ぼしている。我々の網膜には物を見るための視細胞とは別に生物時計に直結している細胞があり、これらが青い光に対して反応するためである。夜にブルーライトを含んでいる照明（つまり、白い蛍光灯や特にLED照明）を夜の照明として使うのは夜更かしを強力に助長する。特にスマートフォンは、目の近くで操作するため、強さは距離の二乗に反比例するという光の性質を考えると、小さな光源だからと言って決して軽視はできない。夜は生物時計に影響を与えにくいオレンジ色の暗い照明のもとで眠る準備をするべきである。

また、睡眠は深部の体温が低下しないと起きない現象である。リラックスのためと考えて眠る時間の直前に風呂に入るのはかえって眠れなくなる原因となる。寝る予定の時刻の1時間以上前に入浴は済ませておくようにしたい。また、夜間の冷房を嫌う人も多いが、冷房の有無は体温に直接的な影響を与える。夜間に熱中症になる例もあり、また、夜間電力は余っている。身体の健康を考えれば夏の夜に冷房を節約しすぎるのは考えものである。

このように、日中の生活や寝る前の光環境や温熱環境を整える事で解決のつく眠りに関する問題も多い。ちなみに、ミルクの中に含まれるトリプトファンが眠りのホルモンと呼ばれる（こともある）メラトニンとして働くためにはどのくらいのミルクを飲むべ

きかを計算した先生がいる。それに基づくと、ドラム缶半分くらいだそうである。ドラム缶半分のミルクは健康な眠りどころか永遠の眠りを促してしまうだろう。また、メラトニンというホルモンは、夜に分泌されるホルモンだが、実は徹夜をしても夜間に分泌される。生体時計に直結してはいるが、睡眠そのものに直結したホルモンでないという事も知っていてほしい。できれば、決してそれらしい睡眠のデマに踊らされないようにしてほしいものである。

7. 腰痛を解く心のナゾ

丹羽真一（福島県立医科大学・会津医療センター）

腰痛の原因

腰痛をめぐるお話し、とくに心と病気の関係がどんな風に理解されているのかをお話ししていきたいと思います。日本人が病院に通っていらっしやる理由は色々ありますが、1位は高血圧、2位に腰痛症、3位に虫歯となっております、腰痛に悩んでいらっしやる方が多い。その腰痛ですが、医学的に説明のつかない痛みを抱えている方が多い。整形外科的な原因がある腰痛は20%程度で、残りの80%の方は説明がつかない。でも痛みを訴えて受診して来られた方に対して、整形外科の先生方は対処しなくてはならず、ときには手術をする。でも手術をしたからといって、良くならないどころか、かえって痛くなったということをお訴えられる方も多い。

リエゾン診療

福島医大では、整形外科と心身医療科の2つの科で、腰痛あるいは下肢痛、そういったものが慢性的に続いてしまう、しかし整形外科から見ると何でこれが痛いかわからないという方を一緒に診るということをお、これをリエゾン診療と言っているのですが、20年ぐらいしてきました。福島医大の整形外科の方を受診されにきた方で、心身医療科と一緒に診察した方が良いと思われる方を診るというわけです。何か所かで治療を受け、手術も受けたけれど良くならず、福島医大に来られる方が多い。リエゾンカンファランスを受診された方のうち、社会的要因が関連があると認められた方の割合が63%ありました。中味としては、家族問題、職場の問題、学校の問題、交通事故、労災といったところですね。心身科では、どういう病名が付く方であったかということ、大きな括りとしては、身体表現性障害、つまり身体の問題なのだけれども心の問題から来ている、そういう精神医学的な診断が付く方が結構多い。その他にうつ病、適応障害、不安障害といった病名がつく方が居られる。これを全部、お話しするわけには行きませんので、今日はその中から代表するものとして、①気分の障害、うつですね。それから②疼痛性障害と言われるもの。心の何らかの問題なのだけれども、外に出てくる障害としては、と

にかく足腰が痛い。痛いという訴えが前提に出ているもの。その2つについて重点的にお話ししたいと思います。

(1) 痛みと気分障害（うつ）

リエゾンカンファランスを受けていらっしゃる方の中で、ウツを訴えていらっしゃる方が結構、多い。そういう場合、ウツの治療をすると症状が改善してくる。何か所も回って治らなかったのが、心の問題の治療をすることによって治る。なぜウツが痛みと関係してくるのかということを考えてみないといけないわけです。

うつ病の発症には…

どういう風にウツが起こってくるかということで考えてみると①社会的なストレス、②個人の身体状況。個人の身体状況というのは、高齢になるとか、お産をしたとか、といった個人の問題。それから、③モノアミンという神経伝達物質が、脳の中で情報の伝達をするために働いている物質、たくさんの物質が神経伝達物質としてあるのですが、モノアミンとしてひとつのグループとしてまとめて呼ばれている。その中にはセロトニンとかノルアドレナリンとかドーパミンなどが含まれている。ウツには、その中でセロトニンが関わっていると言われてます。④もうひとつ、ウツの人の場合、脳の中で、あるいは身体全体で、ストレスに対応して上手く調節していくというシステム、ストレス対処系といわれているのですが、そこに働きの悪さがあるのではないかとされているのですね。

そこをまとめて言いますと、ウツには、その人の素因と身体状況、その人の置かれている状況、とくにその人の性格特徴、あるいはその人の心理的葛藤を生むような社会的要因、などがあると考えられています。

ストレス対処系

身体の中のストレスに対処するシステムというのがあって、ストレスを感じるとコルチゾールが身体全体の細胞に届いて働きを調節する。そのことによりストレスに対処しやすいように調節する。それをストレス対処系HPAという。その調子を乱しやすい傾向を持った方が、出産されたとか、過労の状態になったとか、葛藤を起こすような心理的、社会的なことがあったりすると、もともとあった神経の働きとか、ストレス対処系の働きの乱れやすさが起きて、余計に身体の具合が悪くなる。悪循環を起こす。その結果、ウツという状態になる。

うつ病の脳血流

うつになった人の脳の中の血流量を調べると、広い範囲で血液の流れが悪くなっている。腰の痛み、足の痛みが起きてくるといときには、痛みを受容する神経というのがあるわけなんです、それが抹消から脊髄を通り、脳に行く。そこで神経の働きという

のを強く感じすぎないようにするシステムというのが働いてストレス対処系となっているのですが、このコルチゾールの働きが悪いということになって、全身の調節系が乱れ、そのことで痛みがあちこちに出て来てしまうのではないかと推測されます。うつと痛みというのにはかなり関係があるように考えられます。

(2) 疼痛性障害

身体表現性障害というものも治療が難しく、結構いらっしゃる。この中にもいくつかのグループがありますが、今日は疼痛性障害についてお話しをします。疼痛性障害というのは、とにかく身体のあちこちが痛い痛いということばかりが起きるといって、その背景には心の問題があるということです。

DSMの定義をみますと、疼痛性障害というのは「1つまたはそれ以上の解剖学的部位における疼痛が臨床像の中心」。これだけ痛いのなら、やはりお医者さんは何かやらなくてはいけないんだろうとなる、そういう痛みを訴えるというのが第一。2番目は、その痛みが著しい苦痛感を生じたために社会的、職業的な機能に障害を生じてしまっている、単に痛い痛いというだけでなく、生活が上手く行かなくなってしまう、そういう状況です。3番目に心理的要因が痛みの起こる原因とか痛みを強くしている原因として重要な役割を果たしているという場合です。そういうものを疼痛性障害と定義しています。

治療

疼痛性障害があるときの脳の機能の問題点が詳しく分かっているかということ、今のところ詳しくは分かっている。ただ患者の脳の血流を調べると、症状が良くなると前頭葉も側頭葉も血流量が回復している。だから、こういう場合でも、やはり心の問題だけではなくて、脳の働きが変調を来しているということがあるので、痛みのコントロールというメカニズムが上手く働かないという可能性が強いと思われる。心理療法を行ない、お薬ということでやっていますが、とにかく脳の働きを良くして、痛みに対するコントロールが上手く行くようにすることが大切だと思われまます。

リエゾン診療の課題と問題点

福島医大では整形外科と心身・精神科が共同で診療をやっていて、それがリエゾン診療というわけですが、それが実際にどの程度効果があるのか無いのか、という話ですが、我々、いつも上手くいっているとは限らないし、全国的にみてもリエゾン診療が上手くいっているかということ、そうとも限らない。何が問題であり、何が課題かといいますと、まず患者本人が心身科なり、精神科を受診するということに拒否感がある。だから整形の先生が精神科を受診してみましようと言うと、「私のことをキチガイ扱いするのか」ということになって、帰ってしまうということがある。もうひとつは精神科の先生がみな、こういうことに長けているかということがあるのですね。精神科のお医者さ

んを悪く言うわけではないですが、うつ病が増えていたり、ストレス障害が増えていたり、そちらの問題で精一杯というのが実情だと思います。痛みの問題に時間を割くゆとりが無い。そういう時間を確保していくことが課題となります。

(3) 薬物療法

薬物療法として使うものとして抗うつ薬、抗精神病薬、抗不安薬などがあります。精神科の治療で使われている薬は痛みの場合にもほとんど使われています。抗うつ薬には元々、鎮痛効果があります。ウツが良くなって痛みが軽減するということももちろんありますが、整形外科では、こういったリエゾンとかいう話しになる前から痛みに対しては抗うつ薬を使うといったことが行なわれてきているのです。それは何故かという、抗うつ薬には痛みを軽減する作用が動物実験なんかで確かめられていたということなのです。

抗うつ薬のはたらき

脳のレベルでトーンを下げる役割を果たしている薬を飲むと、脳だけでなく脊髄にも行く。脊髄のレベルでもセロトニンの働きを活発化させるわけです。そうすると痛みの感じ方というのが抑制されるわけです。脳のレベルで働けばウツを治す働きがあるし、脊髄のレベルで働けば痛みを和らげる働きがあるというわけです。だからウツと痛みというのは関係があるというわけです。

下降性抑制系

大脳皮質では「どこがどのくらいの強さで痛むのか」ということを示している。扁桃核から島のほうへ伝わっていくのは「それがどのくらい危険なのか」という感情的な評価を行なっている。両方が痛みにとっては重要です。下降性の抑制系というシステムが、単に伝わるだけではなくて、その痛みの感じ方を調節するシステムが、今度は脳から脊髄の方へ行っているんです。それが下降性の抑制系といわれているものです。

(4) まとめ

多くの腰痛に心理・社会的要因がかかわる。

その心理・社会的要因には、

- ・こころの病
- ・パーソナリティ

がふくまれる。

心が腰痛にかかわるメカニズムには、

- ・心に変調をきたす脳病態が、痛み制御の機構にも変調をきたす
- ・脳神経モノアミン系がその変調にかかわる

8. 生体リズムに基づいた健康法

柴田重信（早稲田大学理工学術院）

生体リズムというのは体内時計とも言い、我々の体内に備わった機構です。我々は昔から、地球上に生まれて以来、あるいは生物が出来て以来、こういうものを持っているわけです。持っているから、地球上に適応して、繁栄しているわけですが、その実態がよくわからなかった。それが、およそ20年前の1997年がエポックメイキングの年で、そのときに時計遺伝子という、時計に関係する遺伝子が見つかり、それ以来、いろんなことが分かってきました。体内時計を上手く使えば、健康や医療、そのほか産業にも応用できるのではないかと期待されるようになりました。

我々は体内時計というものを持っているわけですが、一般的に周期というか長さですね。90分周期というのは短い周期の代表的なもので、これは皆さんが眠りに入って、浅い眠りから深い眠りになる、それがだいたい90分周期、1.5時間。4回来れば6時間ということになります。次のサーカディアンリズムというのが、ひじょうに大事な時計機構でありまして、日本語に訳すと概日リズムということになります。24時間ぴったりではなくて、最近の研究では、24時間より15分から30分長いということで、皆さんも毎日15分から30分ぐらいを調節して地球の自転周期に遅れないようにしているという状況です。

20年ほど前に時計遺伝子が見つかったときに、我々が一番驚いたのは、その当時は脳の中には時計が1個あって、それが大事な働きをしていると思われていたのに、我々の60兆個の細胞のすべてが時計を持っていることでした。これはすごい驚きだったのですね。だから肺にもあるし、腎臓にもあるし、あらゆるところにある。だから皆さんも時計が1個か2個なら分かるけれど、ものすごい数の時計があったら「どの時計を見ればいいんでしょう？」ということになる。そうならない仕組みとして、脳の中にあるメインの時計、まあ標準時計ですね。その主時計がオーケストラの指揮者の役割をしていて、それ以外の臓器の時計は楽器のパートみたいな働きをしている。それぞれの臓器にはそれぞれの時計があって、脳幹が一番いい時間を教えている。だからタクトを振る指揮者がおかしくなったら全体がバラバラになる。ハーモニーが取れなくなって、いわゆる時差ボケの症状というのは、じつはそういうことです。

体内時計と食・栄養

時間栄養学という領域を私が作りまして、今その学会も作っています。太るとか太らないとか、どんなものを食べたら良いのか、お年寄りだったら寝たきりにならないためにはどんなものを食べたら良いのか？ これまでは1日の摂取カロリーという基準しかなかった。つまり、1日に2,000キロカロリーを取るときに、お相撲さんみたいに1回でガバーッと食べるか、何回かに分けて食べるかで、どちらが正しいのか。そのことを

誰も言っていなかったんですね。それはよくよく考えるとおかしいじゃないか、ということになりました。1日にどれだけ食べるのかも重要だけど、それをどう食べたら良いのか、どう分割して食べたら良いのか、あるいは朝食が重要なのかどうか、そういうことが分かってきました。じつは昨年（2015年）の4月から「日本人の食事摂取基準」というのが施行されて、その総論の中に時間栄養学的観点が書かれるようになりました。これは初めてのことなのですね。実は私はこの委員に入っていて、ありがたいことに時間栄養学的視点を入れてもらいました。今までは5W1HのWhenが無かったんですね。誰と、どんなものを、どれくらい食べるかということも大事なのですが、いつ食べるかという時間的なことも重要である、ということになりました。

体内時計に効果をもたらす食品

食べ方が時計を合わせられますか？というお話をしたいと思います。ネズミに夜中だけ食事をしてみろというようなことをしてみます。ネズミは辛いわけですよ。本当はまじめに食べたいのに、夜中に起こされて食べさせられるわけですから。そこしか食べ物がないから仕方なく食べるわけですね。朝、昼、晩と普通に食べていけば、肝臓の働きは正常だが、夜中だけの食事にするとう肝臓の働きのピークが夜中になるのではないかという仮説の実験をしたわけですね。やはり、肝臓の働きが夜中にピークになるように変化しました。しかし、この実験の結果は当たり前で面白くない。そこで食事の内容を変えてみた。それで分かったことは、インシュリンを上げやすい食べ物が体内時計を動かしやすい、つまりインシュリンはシグナルとして重要になる。ヒトの研究でも朝ご飯と夜ご飯、どちらがインシュリンの感受性が高いかということ朝ご飯なのですね。朝ご飯でインシュリンが活発に反応しやすいということが分かってきています。

次に我々が考えたのは人間の生活でも、朝ご飯、昼ご飯は普通の時間に摂っても、夜ご飯を食べる時間だけがおかしい人があるじゃないかということです。とくにサラリーマンとか塾に通う子供たちは、家に帰ってきて22時、23時に夕飯を食べる、みたいなことになっているわけです。夜遅い時間に食べるということは、やはり体内時計を夜中の方向に動かす結果になってしまう。これではいけないということで、今まで23時におにぎりを2個食べていたのを、19時に1個、23時に1個というように変える。つまり塾に行く前の19時におにぎりを1個食べ、家に帰ってくる23時に1個食べるようにすると時計は元のリズムに戻る。実は、これは肥満防止にもなる。だから我々は「小腹が空いたら食べよう」ということに賛成なのです。

社会的時差ボケ

社会的時差ボケというのは何かといいますと、先ほどお話したように夜型の人は深夜2時頃に寝ているんですね。そして朝6時頃起きています。4時間ぐらいしか寝られない。会社がある、学校があるから仕方がない。そういう人が多い。そういう人は休みの

日ぐらいゆっくり寝ていたいと言って11時頃に起きて来るわけですね。そうすると、この人の体内時計は本当はこっちなのですね。朝6時に起きるとするのは仮の姿で、本性は11時起きのタイプです。夜型を別の面から探る場合、「普通の日を目覚ましをかけて起きていますか？」と聞くと、「目覚ましをかけないと起きられません」という人は、典型的に夜型なのですね。この人をよくよく見ると、(睡眠、覚醒の)明暗が3~4時間ズレている(遅れている)。ズレているということは体内時計が例えば日本に居ながらインド人と同じ時間帯の生活、ということなのですね。我々は、4時間ぐらいズレてくると時差ボケを感じるんですが、夜型の人は時差ぼけを感じていないですね。だからおかしい。そういう人は社会的時差ボケなのですね。こういう人はどうしたら良いか？ひとつは生活の時間を前に持っていくしかない。早寝早起き朝ご飯をやってもらう。何とか前へ持って行って2時に寝ていたのを12時に寝て貰おうじゃないか、そうしたら少しは良くなる。

朝食時差ボケ

朝活や朝社会が良いと言いながら、夜型になるとどうしても朝ご飯が食べられない。食べられないと色々な弊害が出て来る。これは私に言わせれば、時差ボケに似ているなあと思い、朝食を食べない人は一種の時差ボケを起しているのだと思い、朝食時差ボケと名付けました。忙しいので菓子パンを1個だけくわえて走っているような人が想像できる。こういう人達に時差ボケ症状を聞いてみる。「身体が重いな」、「目が覚めた気がしないな」、「学校へ行きたくないな」というようなことを言うわけです。それから、もうひとつ出て来る症状は胃腸症状ですね。便秘気味、下痢気味、食欲が無い。朝ご飯を食べていないのに、「腹が痛い」とか「胃が痛い」とか言うわけですね。欠食者は文句ばかり言っている。全体的に言えることは、バランスのよい食事を腹八分目、摂ることが良い。少なくとも、おにぎり1個、パン1個よりも良い。また、何も食べないより、せめてバナナの1本でも食べたほうが良いですよ、ということですね。

時間軸の健康科学

我々は時間軸の健康科学というのを提唱してしまして、今までの体内時計の研究を上手く結びつけて、健康寿命を延伸しようと思っています。研究は、まだ2年目の終わりなのですが、大掛かりな学際的な研究をやっています。お年寄りになると、だんだん運動もしなくなり、食も細くなって来る。そしたら食と運動を組み合わせ、少量の食事と少量の運動で良い効果が出れば、寝たきりにならないじゃないか。早稲田の力を結集して、オール早稲田でやりましょうということで、スポーツ科学部と人間科学部と理工学部が一緒になって所沢の方でやっています。3年後に早稲田ブランドで「早稲田オヤツ」のようなものを出そうとしています。

1. 障害児教育研究部会

■ 開催記録一覧

回	開催日／会場	講師／演題
1	1993年1月23日 本部キャンパス14号館4階 大学院演習室	湯汲英史（精神発達障害指導教育協会） 医療・教育・福祉・労働に関連する障害児の評価にか かわる諸問題
2	1993年5月15日 14号館4階大学院演習室	武藤直子（全国療育相談センター） 自閉症の認知発達治療
3	1993年7月17日 14号館4階大学院演習室	富田真紀（台東区松が谷福祉会館） 自閉症の認知的究明の動向とアスペルガー症候群
4	1993年10月25日 精神薄弱者更生施設虹の家	※自閉症の成人施設の見学会
5	1993年12月4日 14号館4階大学院演習室	福田哲治（世田谷区立桜木中学校） 思春期のLDの指導
6	1994年4月16日 14号館4階大学院演習室	伊澤雅雄（国立大蔵病院） 地域と結びついた治療活動…不登校児を中心として…
7	1994年7月2日 6号館416-3 第4実験室	庄司順一（日本総合愛育研究所） 小児虐待
8	1994年12月17日 レストラン スエヒロ	横田 滋 障害をもつ幼児、問題をもつ幼児の20数年後の姿か ら、幼児保育を考える
9	1995年3月18日	高頭利広（新宿区立あゆみの家） 重度障害者通所施設の職員として
10	1995年5月20日	大見川正治（文京女子短大） 障害児教育の現状 早稲田大学心理学会第20回大会 コーディネーター：武藤直子（全国療育相談センター）
11	1995年9月9日	内山 勉（富士見台幼児聴能言語訓練教室） 難聴児の早期治療教育
12	1995年12月9日	光廣純子（神奈川県立小田原城東高校教諭） 県立商業高校の障害児受け入れの一例紹介
13	1996年3月23日 文学部心理実験室	土佐林一（聖徳大学） 吃りの治療
14	1996年12月14日 文学部心理実験室	前田茂則（千葉県中央児童相談所所長） ゲシュタルト療法による自己への気づき体験

回	開催日／会場	講師／演題
15	1997年3月8日 文学部心理学実験室	赤池信夫（筑波大学付属盲学校） 視覚障害者のコミュニケーション ～コンピューター普及による視覚障害への影響
16	1997年5月3日 文学部心理学実験室	館 暁夫（職業能力開発大学福祉工学科） 知覚障害者の職業をめぐる諸問題
17	1997年5月31日 文学部大学院演習室305	館 暁夫（職業能力開発大学福祉工学科） （タイトル不明） 早大心理学会（第22回）シンポジウム コーディネーター＆司会：武藤直子（親子相談センター代表）
18	1997年10月25日	三浦勝男（都立松沢病院精神科心理） 他害に多く孤立に長かった自閉症青年の遊虚面接に関する一検討
19	1998年1月31日 文学部心理学実験室	平井 保（国立特殊教育総合研究所） 障害のある子どもの教育相談を巡る今日的課題
20	1998年3月14日 文学部心理学実験室	大見川正治（文京女子短大） 障害と言葉
21	1998年10月31日 文学部心理学実験室	武藤直子（全国療育相談センター、ワークホームつばさ理事） ワークホームつばさの1年
22	1998年12月5日 文学部心理学実験室	小野 顕（株社会福祉研究所） 障害児福祉の先覚者とその時代
23	1999年3月20日 文学部心理学実験室	山澤 清（愛媛大学大学院教育心理学） 車椅子の使用者から見た大学の施設・設備
24	1999年11月6日	中田洋二郎（国立精神神経センター精神保健研究所精神保健研究室長） 発達障害児の親の「障害認知について」
25	2000年1月8日	堀 彰人（千葉県特殊教育センター） 吃音の指導について
26	2000年3月18日	荒井 聡（豊島区児童女性部子育て支援課、子ども発達係） 豊島区での学童保育クラブの障害児巡回指導の実際
27	2000年6月24日	高橋淳子（千葉県立東金養護学校） 病弱養護教育について
28	2000年9月30日	中根 晃（実践女子大学教授外部講師） カオスから自閉症を考える—脳科学的自閉症論
29	2001年1月20日	林 弥生（早稲田大学大学院文研博士課程1年） 摂食障害の予防
30	2001年3月10日	廣崎彰吾（埼玉県自閉症児者親の会「けやきの郷」初雁の家施設長） 施設に感動はあるのか？

回	開催日／会場	講師／演題
31	2001年6月23日	阿子島茂美（明星学園教諭 東京LD教育研究会） 教室の中のLD（学習障害）の子どもたち
32	2001年10月6日	矢田部多賀子（青葉クリニック） ある夜間の電話相談の報告
33	2002年1月19日 文学部36号館3703教室	太田昌孝（学芸大学特殊研究施設教授） ADHDと関連障害の生物学的基礎
34	2002年3月16日 文学部32号館334教室	武藤直子（全国療育相談センター心理相談員） 太田ステージから見た『心の理論』
35	2002年9月21日 文学部32号館334教室	横田 滋 発達助成の原理から学んだこと
36	2003年2月8日 文学部32号館334教室	松友 了（全日本手をつなぐ育成会） 知的障害者福祉の現状と課題
37	2003年5月10日 文学部32号館334教室	小泉浩一（旭出養護学校） 臨床現場で生かすマカトン—自閉症児のための手話—
38	2003年10月4日 文学部32号館334教室	三浦勝雄 実存分析を用いたあるケースについて
39	2007年11月10日 早稲田大学戸山キャンパス会議室	渡辺勸持（東日本国際大学教授、1965文卒） 知的障害者の脱施設化について

2. 臨床心理学研究部会

■ 開催記録一覧

回	開催日／会場	講師／演題
1	1983年1月21日	台 利夫 心理学臨床におけるケース研究の意義 —主として精神病患者と心理劇について—
2	1983年3月18日	春木 豊 自己効力（self-efficacy）について
3	1983年5月18日	今井保次 職場におけるメンタルヘルス運動の展開
4	1983年6月17日	瓜生 武 最近の非行事例の特徴と問題
5	1983年7月15日	木村 駿 日本人の対人恐怖
6	1983年10月14日	種村 純 半側視空間失認のリハビリテーション

回	開催日／会場	講師／演題
7	1983年11月18日	深沢道子 精神療法におけるスーパービジョン
8	1983年12月9日	詫摩武俊 最近の西ドイツ青年の問題傾向について
9	1984年1月20日	辻 祥子 ある境界例の治療から
10	1984年3月16日	北山 修 日本の民話と精神分析
11	1984年5月18日	小野 顕 社会福祉の現場では今…ノーマリゼーションの意味するもの
12	1984年6月15日	滝沢清人 高速社会と心の病理
13	1984年9月21日	谷中輝雄 精神障害者グループ活動とともに
14	1984年10月19日	稲松信雄 老人研究について
15	1984年12月8日	見学会 社会福祉法人 鶴風会 東京小児療育病院・みどり愛育園
16	1985年3月15日	島津貞一 内田クレベリン事始め
17	1985年5月17日	松本基子 難民定住者の臨床社会心理
18	1985年6月14日	西本武彦 証言の信頼性について
19	1985年7月12日	柴田 出 イメージ分析療法について
20	1985年11月15日	窪 竜子 四本足のニワトリ —その背景分析の試み—
21	1986年6月20日	井上勝也 生きがいの心理学
22	1986年11月14日	大村政男 血液型と性格
23	1987年3月20日	八尋華那雄 対人距離テストについて
24	1987年4月17日	福澤一吉 色と文字の神経学
25	1987年5月15日	高林秀夫 相談事例より見た継母子関係の問題

回	開催日／会場	講師／演題
26	1987年6月19日	福澤一吉 読むことと書くこと
27	1987年10月23日	門前 進 自己催眠イメージ分析について
28	1987年12月4日	坂野雄二 最近の認知行動療法の動向について
29	1988年5月21日	外岡豊彦 うつ状態の心得 (臨床心理・意識心理の合同研究会)
30	1988年12月2日	角張憲正 自殺志願者に自殺を勧める法 “認知行動療法について”
31	1989年3月24日	福澤一吉 失語症とはなにか
32	1989年6月30日	深沢道子 心配性の人のためのワークショップ
33	1989年7月21日	木村 駿 認知行動トレーニング
34	1989年9月29日	北山 修 言葉と精神療法 —精神分析の立場から—
35	1990年6月29日	菅野 純 登校拒否 —相談治療学級における実践と課題—
36	1990年7月20日	田中 健 体験的カウンセリングについて
37	1990年10月19日	八木孝彦 自律訓練法の基礎的実験的検討
38	1990年11月30日	石崎幸一 現代の離婚の動向について
39	1991年4月26日	六角浩三 心理療法諸学派の最近の動向
40	1991年6月28日	根建金男 ストレス免疫訓練の日本への適用
41	1991年7月19日	三沢直子 母子関係の予防的アプローチ
42	1991年11月29日	篁 一誠 自閉症について
43	1992年6月26日 文学部第2会議室	山下澄子 婦人相談の現状 —女性相談センターの窓口より—
44	1992年7月17日 文学部第2会議室	大野 裕 認知療法とその臨床的位置づけ

回	開催日／会場	講師／演題
45	1993年7月23日 文学部第5会議室	市井雅哉 子どもの認知行動療法 — Temple大学での経験を通して—
46	1993年11月19日 文学部第5会議室	田辺幸喜 私の芸術療法
47	1994年10月14日 文学部第2会議室	小野光季 障害者と家庭裁判所
48	1995年5月20日 文学部大学院ゼミ室	島津貞一・北村圭三 (コーディネーター：河合美子) 「阪神大震災被災者の心理」 (早稲田大学心理学会 第20回大会シンポジウム)
49	1995年7月11日 文学部第2会議室	新田泰生 コメンテーター：原 裕視 産業組織におけるメンタルヘルス
50	1995年10月27日 文学部第1会議室	深澤道子 CISD (Critical Incident Stress Debriefing) について
51	1996年5月18日 本部7号館	横山哲夫・角張憲正・新田泰生・越川房子 (コーディネーター：新田泰生) 日本的集団における個のあり方 — 臨床心理学の視点から— (早稲田大学心理学会 第21回大会シンポジウム)
52	1996年10月25日 文学部第1会議室	Reiko Homma True サンフランシスコ市における精神衛生行政 — アメリカ社会における心理学の役割—
53	1997年5月31日 文学部第1会議室	岡島陽子・三沢直子 (コーディネーター：河合美子、司会：深澤道子) 「女性・家族・仲間・社会 — 新しいサポートのありかた—」 (臨床・非行・発達臨床心理学研究会合同シンポジウム)(早稲田大学心理学会 第21回大会)

1～28は臨床研究会、29～47は臨床心理研究会、48～53は臨床心理学研究部会として実施

3. 生理心理学精神生理学研究会

■ 開催記録一覧

回	開催日／会場	講師／演題
	※1987年以前の活動（第1回～第15回）は記録が残されていない（文学部で開催）	
16	1988年12月20日 早稲田大学人間科学部特殊実験室（570室）	山崎勝男（早稲田大学人間科学部） 自律系よりみた定位反応
17	1989年5月13日	佐々木由香（早稲田大学） 入眠時REM睡眠の出現要因—REM睡眠サーカディアンリズムが及ぼす影響について 竹内朋香（早稲田大学） 夢体験と金縛り体験から検討した入眠時REM睡眠中の精神活動について
18	1989年9月16日 東京家政学院大学町田校舎	宮下彰夫（東京都神経科学総合研究所） 自律神経系のサーカディアン・リズム
19	1989年12月14日 早稲田大学人間科学部特殊実験室（570室）	岡村俊彦（早稲田大学大学院理工学研究科） 精神作業のプロセス変化とVEPの特性
20	1990年7月21日 早稲田大学人間科学部特殊実験室（570室）	宮内 哲（東京都神経科学総合研究所非常勤研究員） REM睡眠中の急速眼球運動・脳波と夢見
21	1990年12月8日 早稲田大学人間科学部特殊実験室（570室）	山崎勝男（早稲田大学人間科学部） ハイドログラフの使用経験
22	1991年5月25日 早稲田大学人間科学部特殊実験室（570室）	小島政滋（早稲田大学） 入眠期における生理指標、行動指標、意識体験の変容
23	1991年12月12日 早稲田大学人間科学部特殊実験室（570室）	佐々木由香（早稲田大学大学院文学研究科） 夜間睡眠の中途覚醒がその後の体温パターンに及ぼす影響
24	1993年7月29日 早稲田大学人間科学部特殊実験室（570室）	正木宏明（早稲田大学大学院人間科学研究科） 脳の準備電位とパフォーマンス
25	1994年10月15日 早稲田大学人間科学部特殊実験室（570室）	有路義敦（早稲田大学大学院人間科学研究科） 運動イメージ想起中の生理反応の変化と時間感覚
26	1994年12月10日 早稲田大学人間科学部特殊実験室（570室）	堀野博幸（早稲田大学大学院人間科学研究科） 全身運動時におけるEMGフィードバックと筋制御 竹内朋香（早稲田大学大学院文学研究科） REM期覚醒法による夢研究（夢特性評定尺度の作成）

回	開催日／会場	講師／演題
27	1995年3月11日 早稲田大学人間科学部特殊実験室 (570室)	福田秀樹 (労働省産業医学総合研究所労働保健研究部) 眼球運動発現に關与する精神生理学的要因
28	1995年5月20日 早稲田大学人間科学部特殊実験室 (570室)	竹内朋香 (日本學術振興會特別研究員) 夢を追って 佐々木由香 (郵政省通信総合研究所) 先端技術によるアプローチ 正木宏明 (早稲田大学人間科学部大学院) やる気と脳波 (早稲田大学心理学会第20回大会シンポジウム)
29	1995年8月5日 郵政省 通信総合研究所 共用実験室	宮内 哲 (郵政省 通信総合研究所 通信科学部) f-MRI (機能的磁気共鳴画像) による脳機能研究について
30	1995年12月16日 早稲田大学人間科学部特殊実験室 (570室)	山本由華吏 (東京都神経科学総合研究所研究生、早稲田大学大学院人間科学研究科研修生) REM睡眠とNREM睡眠における自覚体験の比較
31	1996年4月27日 早稲田大学人間科学部特殊実験室 (570室)	正木宏明 (早稲田大学大学院人間科学研究科) 運動準備電位に及ぼす課題難度の影響
32	1996年6月29日 早稲田大学人間科学部特殊実験室 (570室)	市原 信 (東京家政学院大学人文学部) マルチメディアとバイオフィードバックの可能性
33	1996年9月28日 早稲田大学人間科学部特殊実験室 (570室)	多喜乃亮介 (白梅学園短期大学) 欠落刺激を用いた誘発反応の研究
34	1996年12月7日 早稲田大学人間科学部特殊実験室 (570室)	福田秀樹 (産業医学総合研究所) 運動の抑制と発現について
35	1997年2月22日 早稲田大学人間科学部特殊実験室 (570室)	竹内朋香 (東京都神経科学総合研究所) When do we dream? 高原千佳 (早稲田大学大学院人間科学研究科) SPRと刺激予期、運動準備との関係
36	1997年5月31日 早稲田大学人間科学部特殊実験室 (570室)	正木宏明 (早稲田大学人間科学部スポーツ科学科) 動作の準備はいつ始まるのか — 運動課題と脳波の関係 — 山本由華吏 (早稲田大学大学院人間科学研究科) 夢の実験的研究 (睡眠変数からみた夢再生率の検討)
37	1997年7月26日 早稲田大学人間科学部特殊実験室 (570室)	佐々木由香 (通信総合研究所) 睡眠覚醒リズムによる体温リズムの同調可能について 本多麻子 (早稲田大学大学院人間科学研究科) 能動的・受動的対処に關する生理心理的研究 (皮膚電気活動と心拍数の変化)

回	開催日／会場	講師／演題
38	1997年12月6日 早稲田大学人間科学部特殊実験室 (570室)	久保淑子 (早稲田大学大学院人間科学研究科) CNVに及ぼす情動刺激の効果 山本由華吏 (早稲田大学大学院人間科学研究科) REM睡眠-NREM睡眠の発現経過と精神活動についての生理心理学的研究
39	1998年11月7日 早稲田大学人間科学部特殊実験室 (570室)	多喜乃亮介 (白梅学園短期大学) 聴覚性MMNにおよぼす、高頻度反復刺激提示の影響 正木宏明 (日本学術振興会特別研究員) 固定系列音刺激呈示に対するERP
40	1999年7月10日 早稲田大学人間科学部特殊実験室 (570室)	宮崎里司 (早稲田大学日本語研究教育センター) 外国人日本語学習者と日本語母語話者の脳内言語情報処理過程の比較
41	1999年12月11日 早稲田大学人間科学部特殊実験室 (570室)	梅沢章男 (福井大学教育地域科学部人間健康科学研究室) ストレス、情動による呼吸系変容とその調整についての現況と課題
42	2000年8月4日 早稲田大学人間科学部特殊実験室 (570室)	本多麻子 (早稲田大学大学院人間科学研究科) 第27回国際心理学会に参加して — 情動測定の現在、Dr. Peter Lang methodの有効性 —
43	2001年2月10日 離宮 (所沢パークホテル内)	報告会 正木宏明 (日本学術振興会海外特別研究員)、2001年4月からドイツHumboldt University (Institut for Psychologie) で「事象関連電位による脳内情報処理過程の研究」 山本由華吏、「起床時の主観的睡眠感を形成する要因の精神生理学的研究」等により学位取得 (早大・人間科学部)、2001年4月より花王株式会社の研究開発部門で生理心理学的研究に従事予定
44	2001年10月27日 早稲田大学人間科学部特殊実験室 (570室)	福田一彦 (福島大学教育学部) 生体リズムとしての睡眠と覚醒について 本多麻子 (早稲田大学人間科学部) 強度の異なる運動が感情と脳波の左右差に及ぼす効果
45	2002年8月5日 早稲田大学人間科学部特殊実験室 (570室)	本多麻子 (早稲田大学人間科学部) 快・不快感情の精神生理学
46	2002年12月7日 早稲田大学人間科学部特殊実験室 (570室)	田中秀明 (早稲田大学大学院人間科学研究科) エラー関連陰性電位によるエラー検出機能の研究
47	2003年5月24日 早稲田大学所沢キャンパス第1会議室	William J. Gehring (ミシガン大学) 内側前頭皮質のモニタリングと評価プロセス
48	2003年8月2日 早稲田大学スポーツ科学部 精神生理学実験室 (570室)	正木宏明 (早稲田大学スポーツ科学部) 脳内情報処理過程とERP — 偏側性準備電位とエラー関連陰性電位の機能的意義 —

回	開催日／会場	講師／演題
49	2003年12月20日 早稲田大学人間科学部特殊実験室 (570室)	竹内成生 (早稲田大学大学院人間科学研究科) 情動の予期と刺激先行陰性電位 (SPN, stimulus-preceding negativity) の関連について
50	2004年 7月24日 早稲田大学人間科学部特殊実験室 (570室)	Grit Herzmann (Humboldt-Universitaet zu Berlin Institut fuer Psychologie Biologische Psychologie/ Psychophysiologie) Investigating familiar face recognition with SCR and ERPs 松田いづみ (科学警察研究所 法科学第四部 情報科学第一研究室) 生理学的知見に基づいた生理反応の多変量解析
51	2004年12月11日 早稲田大学人間科学部特殊実験室 (570室)	宮崎 真 (国立身体障害者リハビリテーションセンター研究所 感覚機能系障害研究部) 一致タイミング動作の制御について：fMRIによる関連脳部位の特定、およびベイズモデルによる展望
52	2005年 7月23日 早稲田大学人間科学部特殊実験室 (570室)	浅岡章一 (早稲田大学大学院人間科学研究科 (博士後期)) 大学生の睡眠習慣と精神的健康との関連
53	2005年12月10日 早稲田大学人間科学部特殊実験室 (570室)	本多麻子 (川村学園女子大学文学部) 感情喚起スライドに対する予期が主観的評価と心拍数に及ぼす影響
54	2006年 4月 8日 早稲田大学人間科学部特殊実験室 (570室)	Prof. Dr. Werner Sommer (Institut fuer Psychologie Humboldt-Universitaet zu Berlin) Movement preparation (lateralized readiness potential: LRP)
55	2006年 8月 3日 早稲田大学人間科学部特殊実験室 (570室)	高澤則美 (江戸川大学社会学部人間心理学科) 注意の集中は呼吸運動を抑制する
56	2006年12月15日 早稲田大学人間科学部特殊実験室 (570室)	小川景子 (早稲田大学 スポーツ科学学術院) レム睡眠中の急速眼球運動に伴う脳電位と夢見の精神生理学的検討
57	2007年 3月10日 早稲田大学人間科学部特殊実験室 (570室)	浅岡章一 (早稲田大学スポーツ科学部) 眠気とエラー反応モニタリング
58	2007年 8月 4日 早稲田大学人間科学部特殊実験室 (570室)	望月芳子 (早稲田大学) CNVパラダイムに反映するタイミング
59	2008年 8月 9日 早稲田大学人間科学部特殊実験室 (570室)	紙上敬太 (早稲田大学スポーツ 科学学術院) 身体運動は認知機能を改善する？
60	2008年12月22日 早稲田大学人間科学部特殊実験室 (570室)	小川景子 (早稲田大学スポーツ科学学術院PD) レム睡眠中の脳機能研究 ～ヒトとラットを対象とした夢の発生メカニズム検討～

回	開催日／会場	講師／演題
61	2009年8月7日 早稲田大学人間科学部特殊実験室 (570室)	玉置應子 (早稲田大学スポーツ科学学術院、日本学術振興会特別研究員) 視覚運動学習における睡眠の効果
62	2009年12月19日 早稲田大学人間科学部特殊実験室 (570室)	正木宏明 (早稲田大学スポーツ科学学術院) 行為と結果の随伴性と事象関連電位
63	2011年7月30日 早稲田大学スポーツ科学部	對間直也 (早稲田大学大学院スポーツ科学研究科修士1年) 運動学習における文脈干渉効果とERP
64		記載なし
65	2012年8月22日 早稲田大学人間科学部特殊実験室 (570室) 早稲田大学人間科学部特殊実験室 (570室)	ベソンリュウ (早稲田大学大学院スポーツ科学研究科D3) The effects of 12 weeks of low-volume walking program on structural brain changes in elderly adults Lu Xu (早稲田大学大学院スポーツ科学研究科D2) Effects of Response Complexity and Movement Duration on the Lateralized Readiness Potential
66	2012年12月22日 早稲田大学人間科学部特殊実験室 (570室)	望月芳子 (早稲田大学スポーツ科学研究センター招聘研究員) 若年者と比較した中高年者の運動反応と前期・後期CNV
67	2014年3月22日 早稲田大学所沢キャンパス第一会議室	浅岡章一 (江戸川大学社会学部人間心理学科) 演題：深夜の仮眠がエラーモニタリング機能 (ERN・Peの振幅) に与える影響 (The effects of a nighttime nap on the error-monitoring functions during extended wakefulness)
68	2015年3月13日 早稲田大学人間科学部特殊実験室 (570室)	本多麻子 (東京成徳大学応用心理学部健康・スポーツ心理学科) 筆記が楽観性と悲観性に及ぼす効果
69	2016年2月27日 早稲田大学人間科学部特殊実験室 (570室)	平尾貴大 (早稲田大学大学院スポーツ科学研究科博士課程1年) モンティ・ホール・ジレンマ課題における予期プロセス—刺激前陰性電位に着目して—
70	2017年3月11日 早稲田大学人間科学部特殊実験室 (570室)	松橋拓努 (早稲田大学大学院スポーツ科学研究科・修士課程) 運動学習とパフォーマンスモニタリング機能の関係 吉川直輝 (早稲田大学大学院スポーツ科学研究科・修士課程) 視線行動に着目したアスリートのあがり防止の研究
71	2017年8月5日 江戸川大学	高澤則美 (江戸川大学名誉教授) 生理心理学研究を目指す皆さんへ—気づくこと、何とかすること、気を付けること

注：早稲田大学スポーツ科学部 (旧：人間科学部) 精神生理学実験室

4. 老年学研究部会

■ 開催記録一覧

回	開催日／開催場所	参加者数	話 題
1	2002年9月20日 早大文学部第2研究棟会議室（第2研究棟会議室）	18人	本部会の設立趣旨の説明（谷口・所）、参加者の自己紹介、今後の運営と日程に関する意見交換
2	2002年11月15日 第2研究棟会議室	16人	幹事による老年学のフレームワークの概説、参加者同士のディスカッション
3	2003年1月17日 第2研究棟会議室	18人	地域実践活動の報告（シニアのためのサロン活動＜藤田愛・水谷玲子＞）、団地に開設した老人クラブの活動＜山田敏夫＞
4	2003年3月14日 第2研究棟会議室	14人	「古い」とボランティア（小野 顕）、本会に期待すること（外川勝己）、米国老年学会の研究の状況（宮内康二）
5	2003年5月16日 第2研究棟会議室	20人	老年学の研究課題発見のフレームワーク — 団子三兄弟（外川勝己）
6	2003年7月18日 第2研究棟会議室	17人	在宅介護の実態とサポートの在り方について考える（鈴木規子・張本保昌・加藤直子・谷口幸一）
7	2003年9月19日 第2研究棟会議室	16人	老若世代間交流の実践活動の在り方を考える（山田敏夫・安永明智・谷口幸一）
8	2003年11月21日 第2研究棟会議室	16人	今後の年金・医療問題について考える（張本保昌・大久保とよ子）、病院・福祉施設での患者・利用者のQOL向上の活動について（太田・牟田・田口・藤田・水谷・石井）
9	2004年1月26日 第2研究棟会議室	18人	傑出高齢者の人物研究（中村 誠）、ボランティア精神と福祉（特別講演・宮城 孝／法政大学現代福祉学部）
10	2004年3月19日 第2研究棟会議室	17人	孤立・孤独に陥らない生き方とその方策について考える（飯塚弘志・加藤直子・大久保とよ子）、英国留学帰朝報告（所 正文／国士館大学教授）
11	2004年5月21日 第2研究棟会議室	6人	高齢ドライバーの運転適性（講義・所 正文）
12	2004年7月16日 第2研究棟会議室	6人	高齢者生き方事例調査の進め方（谷口幸一・所正文）
13	2004年9月17日 第2研究棟会議室	8人	高齢者生き方事例報告Ⅰ-①（飯塚弘志・山田敏夫・加藤直子・大久保とよ子）
14	2004年11月16日 国士館大学政経学部会議室（政経学部会議室）	12人	高齢者生き方事例報告Ⅰ-②（加藤直子・飯塚弘志・山田敏夫）

回	開催日／開催場所	参加者数	話 題
15	2005年1月18日 政経学部会議室	6人	高齢者生き方事例報告Ⅰ-③（飯塚弘志・谷口幸一・中村 誠）
16	2005年3月15日 政経学部会議室	8人	高齢者生き方事例報告Ⅰ-④（張本保昌・大久保とよ子）
17	2005年5月17日 政経学部会議室	7人	前年度に会員が収集した高齢者の生き方事例を読み返しながらか、いくつかの視点からまとめる作業を行った。
18	2005年7月19日 政経学部会議室	6人	会員の目から見て、ユニークな生き方されている事例の検討
19	2005年9月20日 政経学部会議室	8人	会員の目から見て、平凡だが何かキラリと光る生き方をされている事例の検討
20	2005年11月15日 政経学部会議室	6人	会員の目から見て、様々な障害を乗り越えて超然とした生き方をされている事例の検討
21	2006年1月17日 政経学部会議室	8人	事例報告集の構成作業Ⅰ
22	2006年3月14日 政経学部会議室	7人	事例報告集の構成作業Ⅱ
23	2006年5月16日 政経学部会議室	8人	高齢者生き方事例検討Ⅱ-①：事例発表一例（張本保昌）
24	2006年7月18日 政経学部会議室	6人	高齢者生き方事例検討Ⅱ-②：事例発表二例（加藤直子・飯塚弘志）
25	2006年9月19日 政経学部会議室	7人	高齢者生き方事例検討Ⅱ-③：事例発表二例（信川京子・中村 誠）
26	2006年11月21日 政経学部会議室	6人	高齢者生き方事例検討Ⅱ-④；事例発表一例（師井和子）
27	2007年1月23日 政経学部会議室	6人	高齢者生き方事例検討Ⅱ-⑤：事例発表一例（張本保昌）
28	2007年3月11日-12日 富士五湖・山中湖畔研修所	6人	宿泊研修会（事例検討Ⅱ-⑥：谷口幸一および過去2年間の活動内容のまとめ）
29	2007年5月15日 政経学部会議室	6人	高齢者生き方事例集の編集作業①
30	2007年7月17日 政経学部会議室	7人	高齢者生き方事例集の編集作業②
31	2007年9月25日 政経学部会議室	7人	高齢者生き方事例集の編集作業③：本事例集に最終的に掲載された事例は、20ケースは、男性12例（73-97歳）、女性8例（65-87歳）
32	2007年11月20日 政経学部会議室	6人	ピア・ボランティアに関する勉強会①
33	2008年1月15日 政経学部会議室	7人	ピア・ボランティアに関する勉強会②

回	開催日／開催場所	参加者数	話 題
34	2008年3月12日 富士五湖・山中湖畔研修所	7人	生き方事例集の発刊祝と次年度のピア・ボランティアのスケジュールの検討・Volunteerに関するDVDの鑑賞
35	2008年5月20日 政経学部会議室	6人	ピア・ボランティア (Peer Volunteer : PV) の今後の活動方針・日程の検討
36	2008年7月22日 政経学部会議室	5人	PV活動の報告① 鎌倉市内の特別養護老人ホームでの活動 (利用者との会話、共同作業：塗り絵・似顔絵かき・囲碁・回想法・音楽療法など)
37	2008年9月16日 政経学部会議室	6人	PV活動の報告② 鎌倉市内の特別養護老人ホームでの活動 (利用者との会話、共同作業：塗り絵・似顔絵かき・囲碁・回想法・音楽療法など)
38	2008年11月18日 政経学部会議室	6人	PV活動の報告③ 鎌倉市内の特別養護老人ホームでの活動 (利用者との会話、共同作業：塗り絵・似顔絵かき・囲碁・回想法・音楽療法など)
39	2009年1月20日 政経学部会議室	7人	PV活動の報告④ 鎌倉市内の特別養護老人ホームでの活動 (利用者との会話、共同作業：塗り絵・似顔絵かき・囲碁・回想法・音楽療法など)
40	2009年3月11日-12日 富士五湖・山中湖畔研修所	7人	宿泊研修会 本年度のPV活動のまとめ：会員各位のボランティア活動の体験発表と次年度の活動についての検討
41	2009年5月19日 政経学部会議室	8人	2009年度計画の検討 老後へのソフトランディング移行過程に関する調査研究の企画—Discussion
42	2009年7月21日 政経学部会議室	7人	本年度の調査計画 定年退職後の生活適応① (話題提供：successful aging 5類型 谷口)
43	2009年9月15日 政経学部会議室	6人	本年度の調査計画 定年退職後の生活適応に関する調査内容の検討② (全員)
44	2009年11月26日 政経学部会議室	7人	本年度の調査計画 会員報告③：(中村 誠・坂井圭介)
45	2010年1月28日 政経学部会議室	6人	本年度の調査計画 定年退職後の生活適応に関する調査内容の検討④ (全員)
46	2010年3月7日-8日 富士山中湖畔ホテル	6人	宿泊研修会 定年退職後の生活適応に関する調査内容の検討⑤ (全員)

回	開催日／開催場所	参加者数	話 題
47	2010年5月27日 政経学部会議室	6人	サードエイジのライフスタイルに関する調査の内容と年度計画の検討（全員）
48	2010年8月31日 政経学部会議室	7人	サードエイジのライフスタイルに関する調査の内容と年度計画の検討（全員）
49	2010年9月30日 政経学部会議室	7人	サードエイジのライフスタイルに関する調査地・分析法の検討（全員）
50	2010年11月25日 政経学部会議室	7人	学校教材に見る子どもに教えるエイジングに関する研究発表（講師：柴崎裕美・明治学院大学）
51	2011年2月10日 政経学部会議室	7人	ライフスタイル調査の実施後のデータ分析作業（全員）
52	2011年3月6日-7日 富士山中湖畔ホテル	7人	ライフスタイル調査の結果報告書作成に向けての検討（全員）
53	政経学部会議室	6人	早稲田大学心理学会老年学研究部会の10周年記念報告書の企画の検討①
54	政経学部会議室	7人	老年学研究部会記念誌の編集作業②
55	政経学部会議室	6人	老年学研究部会記念誌の編集作業③
56	政経学部会議室	8人	老年学研究部会記念誌の編集作業④
57	政経学部会議室	7人	老年学研究部会記念誌の編集作業⑤
58	厚木市七沢温泉七沢荘	7人	老年学研究部会記念誌の完成と今後の活動について
59	2012年5月25日 政経学部会議室	6人	今後の部会活動の在り方についての検討（全員）
60	2012年7月20日 政経学部会議室	7人	今後の部会活動の在り方についての検討（全員）
61	2012年9月28日 政経学部会議室	7人	今後の部会活動の在り方についての検討（全員）
62	2012年10月14日 筑波大学大塚校舎		日本老年行動科学会15回大会 「定年退職前後の世代のライフスタイルに関する調査研究」(会員7人の連名口頭発表)
63	2012年12月14日 政経学部会議室	6人	会員の研究発表
64	2013年1月25日 政経学部会議室	6人	会員の研究発表
65	2013年3月19日-20日 宿泊研修（箱根・強羅）	7人	会員による話題提供（高齢者の介護、就労支援、老若世代間の交流活動、最新の高齢者心理に関するDVD鑑賞など）
66	2013年5月1日	7人	6月の全体シンポジウムの準備 6月22日の総会における全体シンポジウムの内容の検討（全員）と老年学研究部会10周年記念報告書の発刊に向けての作業

回	開催日／開催場所	参加者数	話 題
67	2013年 6月22日	6人	早稲田大学心理学会第38回大会（総会）全体シンポジウム プロダクティブ・エイジング—2040年高齢者4割の社会を考える（キーノートスピーカー：谷口幸一、指定討論：所 正文、司会：石井康智）参加者80人
68	2013年 9月 1日	6人	全体シンポジウム（2013年 6月22日）の総括 当日の参加者からの感想（エイジングクイズの回答等）を基に今後の老年学研究部会が担うべき活動についての意見交換を行った
69	2013年10月12日 2014年～2016年（老年学研究部会の休会期間） 立正大学品川校舎	6人	早稲田大学心理学会・老年学研究部会の会員を中心に、「21世紀日本研究セミナー」と称する社会貢献を目的としたセミナーを立ち上げた。老年学研究部会とは、緊密な連携をとっていくものの、運営上は一線を画した研究部会として位置付けた。次年度（2014）からは、老年学研究部会はしばし休会の扱いとすることになった。 老年学研究部会は休会 休会中は、老年学研究部会の会員を中心に、「21世紀日本研究セミナー」を各年に3回～4回実施した（各回、20～30名の参加者）
70	2017年 5月13日 高田馬場/喫茶ルノアール	6人	老年学研究部会の再開 3年間の休会后初めて集まり、今後の活動内容についてDiscussionを行った。
71	2018年11月10日	6人	老年学研究部会幹事2名による研究発表 ①所 正文「働き方のセオリーを探る」(「人生100年時代の生き方・働き方：所 正文著」)、 ②谷口幸一「簡易型睡眠認知行動療法の高齢者の睡眠改善と睡眠薬減量に対する効果」(日本公衆衛生雑誌掲載論文)

5. 意識心理学研究部会

■ 開催記録一覧

回	開催日／会場	講師／演題
1	1985年 5月18日	不明
2	1985年 6月21日	不明
3	1987年 4月25日	不明

回	開催日／会場	講師／演題
4	1988年5月21日	外岡豊彦（'40、文心） うつ状態の心得
5	1990年3月24日	望月享子 ブンゲ著『精神の本性について』
6	1990年5月12日	八木孝彦 自律訓練法の基礎的研究
7	1990年10月19日	斉藤 晃 子どもの自律性の獲得過程に関して
8	1991年3月23日	岩下豊彦 いわゆる科学的心理学の発足と初期に関する若干の史的確認
9	1991年5月12日	神原直幸 テレビ番組の視聴後の時間経過に伴う記憶の変容
10	1991年9月28日	田中徹二 “見えない人”の意識世界
11	1991年11月30日	矢野裕之 夜間の自動車事故に関する意識調査
12	1992年4月4日 文学部第5会議室	宮崎洋子 テレビ番組視聴後に自我へ堆積される観念について
13	1992年5月16日 文学部第6会議室	児玉憲典 特異な症状変遷の後に神経性食欲不振症を発生した一例について
14	1992年10月17日 文学部第6会議室)	中川作一 自己像の国際比較
15	1993年1月23日 文学部第5会議室	神原直幸 誤った関連づけについて
16	1994年1月15日 文学部第5会議室	前田忠彦 共分散構造分析について
17	1994年4月16日 文学部第2会議室	矢野裕之 年齢とlie scaleの関係について
18	1994年6月4日 文学部第2会議室	神原直幸 野外活動による子どもの社会的態度の変容
19	1994年3月23日 文学部第4会議室	前田忠彦 日本人の国民性調査について
20	1994年3月23日 文学部第4会議室	児玉憲典 自己視線恐怖症の一例について
21	1995年3月23日 文学部大学院ゼミ室	鈴木宏昌・内藤雄太・矢野裕之 早稲田大学心理学会第20回大会 シンポジウム (5) 「企業で働き続けるということ—早大OB1236名の履歴書—」

回	開催日／会場	講師／演題
22	1995年10月7日 文学部第5会議室	岩下豊彦 戸川心理学に関する一つの理解
23	1995年12月9日 文学部第6会議室	内田純平 作業障害者（?!）としての内田勇三郎あれやこれや
24	1996年5月18日 文学部大学院ゼミ室	所 正文・矢野裕之 早稲田大学心理学会第21回大会 シンポジウム（4） 「経済行動における“意識”について」
25	1996年12月7日 文学部第6会議室	岩下豊彦 データのねつ造について
26	1997年5月31日 文学部大学院演習室307	矢野裕之 早稲田大学心理学会第22回大会 シンポジウム（4） 「心理学における、正しい『エンジニアごっこ』のあり方について」

6. マスコミ研究部会

■ 開催記録一覧

回	開催日／会場	講師／演題
1	1995年4月15日 文学部心理学実験室	嶋内義明（読売テレビ） 阪神大震災と現地報道
2	1995年5月20日 文学部大学院ゼミ室	早稲田大学心理学会第20回大会・部会別シンポジウム 話題提供：嶋内義明（'59文、読売テレビ）、井徳正吾（'75文、博報堂） 「阪神大震災の報道を振り返って」 コーディネーター：本間弘光（'47文）、岡本淑人（'50文、白鷗大学）、川本直彦（'58文、電通プロックス）
3	1995年6月17日 文学部心理学実験室	本間弘光（早稲田大学） 大震災報道シンポジウムの回顧
4	1995年7月18日 文学部心理学実験室	川本直彦（電通プロックス） オウム真理教と社会不安
5	1995年10月21日 文学部心理学実験室	松本光司（電通） オウム真理教と報道
6	1995年11月6日 文学部心理学専修室	岡本淑人（白鷗大学） 社会心理学からみた新興宗教
7	1995年12月2日 文学部心理学専修室	本間弘光（早稲田大学） 世論調査事始めへの回顧

回	開催日／会場	講師／演題
8	1996年1月20日 文学部会議室	松本光史（電通） テレビ番組に関する問題提起
9	1996年2月3日 文学部会議室	川本直彦（電通ブックス） テレビ問題点の検討
10	1996年3月16日 文学部会議室	本間弘光（早稲田大学） テレビ調査票案について
11	1996年4月13日 文学部会議室	テレビ調査票の修正
12	1996年5月11日 文学部会議室	テレビ調査集計
13	1996年5月18日 早稲田大学心理学会第21回大会・部会別シンポジウム 早大本部7号館会議室	松井光史（電通）、寺沢美彦（日本福祉教育専門学校）、 松井陽通（博報堂） 「テレビを考える」 コーディネーター：本間弘光（早稲田大学）
14	1996年6月15日 文学部会議室	本間弘光（早稲田大学） テレビの第2回調査の結果
15	1996年7月13日 文学部会議室	小倉重男 選挙の『しらけ』について問題提起
16	1996年9月14日 文学部会議室	小川秀治（ネットワンシステムズ） 『しらけ』とマスコミの問題検討
17	1996年10月12日 文学部会議室	岡本淑人（白鷗大学） 『しらけ』とは何か
18	1996年11月16日 文学部会議室	田中義英（日本自動車連盟） 『しらけ』調査の方法
19	1996年12月14日 文学部会議室	寺沢美彦（早稲田福祉専門学校） 『しらけ』調査案の予備調査結果
20	1997年1月1日 文学部第9会議室	全員による討議：テーマ「しらけ」
21	1997年2月8日 文学部第4会議室	全員による討議：テーマ「しらけ」
22	1997年3月22日 文学部第9会議室	全員による討議：テーマ「しらけ」
23	1997年4月5日 文学部第4会議室	全員による討議：テーマ「しらけ」
24	1997年4月12日 文学部第4会議室	全員による討議：テーマ「しらけ」
25	1997年4月19日 文学部第4会議室	全員による討議：テーマ「しらけ」

回	開催日／会場	講師／演題
26	1997年5月10日 文学部第4会議室	全員による討議：テーマ「しらけ」
27	1997年5月17日 文学部第4会議室	全員による討議：テーマ「しらけ」
28	1997年5月24日 文学部第4会議室	全員による討議：テーマ「しらけ」
29	1997年5月31日 早稲田大学心理学会第22回大会・部会別シンポジウム	田中義英（日本自動車連盟）、松本光史（電通）、本間弘光（早稲田大学） 「政治とテレビへの警鐘」
30	1997年6月21日 文学部第4会議室	全員による討議：テーマ「マスコミの報道姿勢」
31	1997年7月26日 文学部第4会議室	全員による討議：テーマ「マスコミの報道姿勢」
32	1997年9月13日 文学部第5会議室	全員による討議：テーマ「マスコミの報道姿勢」
33	1997年10月4日 文学部第6会議室	全員による討議：テーマ「マスコミの報道姿勢」
34	1997年11月22日 文学部第7会議室	全員による討議：テーマ「マスコミの報道姿勢」
35	1997年12月12日 文学部第8会議室	全員による討議：テーマ「マスコミの報道姿勢」
36	1998年1月10日 文学部第4会議室	全員による討議：テーマ「マスコミの報道姿勢」
37	1998年2月6日 文学部第4会議室	全員による討議：テーマ「マスコミの報道姿勢」
38	1998年3月13日 文学部第4会議室	全員による討議：テーマ「マスコミの報道姿勢」
39	1998年6月26日 文学部第4会議室	全員による討議：テーマ「マスコミの報道姿勢」
40	1998年7月24日 文学部第4会議室	全員による討議：テーマ「マスコミの報道姿勢」
41	1998年9月18日 文学部第4会議室	全員による討議：テーマ「マスコミの報道姿勢」
42	1998年11月13日 文学部第4会議室	全員による討議：テーマ「マスコミの報道姿勢」
43	1998年10月17日 文学部第5会議室	全員による討議：テーマ「マスコミの報道姿勢」
44	1998年12月4日 文学部第6会議室	全員による討議：テーマ「マスコミの報道姿勢」

回	開催日／会場	講師／演題
45	1999年1月29日 文学部第4会議室	全員による討議：テーマ「マスメディア批判」
46	1999年2月4日 伊東会館	全員による討議：テーマ「マスメディア批判」
47	1999年3月26日 文学部第6会議室	全員による討議：テーマ「マスメディア批判」
48	1999年5月21日 文学部第4会議室	全員による討議：テーマ「マスメディア批判」
49	1999年7月2日 文学部第6会議室	全員による討議：テーマ「マスメディア批判」
50	1999年8月20日 文学部第4会議室	調査票案検討
51	1999年9月24日 文学部第6会議室	調査票案検討
52	1999年10月28日 文学部第4会議室	調査票案検討
53	1999年11月18日 文学部第4会議室	調査票案検討
54	1999年12月13日 文学部第4会議室	調査票案検討
55	2000年1月24日 文学部第第4／第6会議室	全員による討議：テーマ「マスメディア批判」
56	2000年2月8日 伊東会館	全員による討議：テーマ「マスメディア批判」
57	2000年3月27日 文学部第第4／第6会議室	全員による討議：テーマ「マスメディア批判」
58	2000年4月14日 文学部第第4／第6会議室	全員による討議：テーマ「マスメディア批判」
59	2000年5月19日 文学部第第4／第6会議室	全員による討議：テーマ「マスメディア批判」
60	2000年6月16日 文学部第第4／第6会議室	調査票案検討
61	2000年7月14日 文学部第第4／第6会議室	調査票案検討
62	2000年9月8日 文学部第第4／第6会議室	調査票案検討
63	2000年10月23日 文学部第第4／第6会議室	調査票案検討
64	2000年11月20日 文学部第第4／第6会議室	調査票案検討

回	開催日／会場	講師／演題
65	2000年12月11日 文学部第4 / 第6 会議室	調査票案検討
66	2001年1月22日 文学部第4 会議室	題目 「日の丸・君が代」 「ガイドライン」 「サッチー騒動」 「神の国発言」 「吉野川可動堰」 「参院定数判決」 「石原知事の三国人発言」 「金大中氏に平和賞」 「有事法制」
67	2001年3月12日 文学部第6 会議室	
68	2001年4月13日 文学部第4 会議室	
69	2001年5月18日 文学部第6 会議室	
70	2001年6月11日 文学部第4 会議室	
71	2001年7月10日 文学部第6 会議室	
72	2001年9月17日 文学部第4 会議室	
73	2001年10月19日 文学部第6 会議室	
74	2001年11月30日 文学部第4 会議室	
75	2001年12月21日 文学部第6 会議室	
76	2002年1月25日 文学部第4 / 第6 会議室	
77	2002年3月22日 文学部第4 / 第6 会議室	新聞社説の比較評価
78	2002年4月15日 文学部第4 / 第6 会議室	新聞社説の比較評価
79	2002年5月31日 文学部第4 / 第6 会議室	新聞社説の比較評価
80	2002年6月14日 文学部第4 / 第6 会議室	新聞社説の比較評価
81	2002年6月20日 文学部第4 / 第6 会議室	新聞社説の比較評価
82	2002年7月12日 文学部第4 / 第6 会議室	新聞社説の比較評価
83	2002年7月19日 文学部第4 / 第6 会議室	新聞社説の比較評価
84	2002年9月20日 文学部第4 / 第6 会議室	新聞社説の比較評価

回	開催日／会場	講師／演題
85	2002年10月25日 文学部第4 / 第6 会議室	新聞社説の比較評価
86	2002年11月15日 文学部第4 / 第6 会議室	新聞社説の比較評価
87	2002年12月13日 文学部第4 / 第6 会議室	新聞社説の比較評価
88	2003年1月17日 文学部第2 研究棟会議室	新聞社説の比較評価
89	2003年3月24日 文学部第2 研究棟会議室	新聞社説の比較評価
90	2003年4月18日 文学部第2 研究棟会議室	新聞社説の比較評価
91	2003年5月26日 文学部第2 研究棟会議室	新聞社説の比較評価
92	2003年6月23日 文学部第2 研究棟会議室	新聞社説の比較評価
93	2003年7月14日 文学部第2 研究棟会議室	新聞社説の比較評価
94	2003年9月8日 文学部第2 研究棟会議室	新聞社説の比較評価
95	2003年10月14日 文学部第2 研究棟会議室	新聞社説の比較評価
96	2003年11月27日 文学部第2 研究棟会議室	新聞社説の比較評価
97	2003年12月19日 文学部第2 研究棟会議室	新聞社説の比較評価
98	2004年1月23日 文学部第2 研究棟会議室	新聞で取り上げる社会現象の捉え方のケース研究 最近話題の憲法問題の調査の準備
99	2004年3月5日 文学部第2 研究棟会議室	
100	2004年4月30日 文学部第3 研究棟会議室	
101	2004年5月24日 文学部第4 研究棟会議室	
102	2004年6月17日 文学部第5 研究棟会議室	
103	2004年7月26日 文学部第6 研究棟会議室	
104	2004年9月24日 文学部第7 研究棟会議室	

回	開催日／会場	講師／演題
105	2004年11月12日 文学部第8研究棟会議室	
106	2004年12月6日 文学部第9研究棟会議室	

7. 非行心理研究部会

■ 開催記録一覧

回	開催日／会場	講師・話題提供者／演題（話題・テーマ）
1	1985年10月12日	
2	1986年1月18日	長谷川 孝（横浜少年鑑別所）、鈴木伸治（横浜少年鑑別所） 非社会的な非行少年の事例について
3	1986年7月5日	枝久保達夫（越谷児童相談所） 児童相談所からみた“いじめ”の問題
4	1987年1月17日	田中一哉（法務省保護局） 少年の保護観察について
5	1987年10月6日	麦島文夫（帝京大学教授） 遊び方非行とその後
6	1988年1月19日	翁川通輝（東京都児童相談センター） 児童相談所の概要と非行事例について
7	1988年7月16日	高桑益行（法務省中央研修所所長） 矯正施設における心理臨床家の活動状況について
8	1988年11月19日	翁川通輝（東京都児童相談センター） 児童相談センター見学とケース研究
9	1990年12月1日	（開催記録のみ）
10	1991年12月7日	司会 高桑益行 今後の運営方針について
11	1992年3月28日 文学部第2会議室	浜井浩一（川越少年刑務所分類審議室） アメリカ合衆国における非行予測・予防研究の最近の動向について
12	1992年6月20日 文学部第3会議室	原 俊明（警視庁少年第一課巣鴨少年センター） 不登校・家庭内暴力を伴った少年非行の事例について

回	開催日／会場	講師・話題提供者／演題（話題・テーマ）
13	1992年9月26日 文学部第2会議室	辰野文理（法務総合研究所） 地域の社会経済的特性と非行少年の“量”
14	1992年11月7日 文学部第1会議室	早稲田大学心理学会第17回大会 司会 春木 豊（早稲田大学人間科学部）・河合美子（成城墨岡クリニック） シンポジウム『現代の男性を考える』 湯谷 優（埼玉県警察本部）「非行家族における男性像」 中村延江（中央心理研究所）「臨床ケースにみる女性との関係」 木村 駿（明星大学）「現代の役割は何か」
15	1992年12月5日 文学部第3会議室	百瀬 泉（早稲田大学大学院文学研究科修士課程） 埼玉県親子カウンセリング制度の紹介と実践報告
16	1993年3月27日 文学部第2会議室	大橋靖史（早稲田大学人間科学部） 非行少年の時間展望
17	1993年9月26日 文学部第4会議室	瓜生 武（家庭裁判所調査官） 力動心理学的立場からの動機鑑定事例
18	1994年1月29日 文学部第4会議室	水田門彦（宇都宮少年鑑別所） 情報社会と青少年
19	1995年5月20日 文学部大学院ゼミ室	早稲田大学心理学会第20回大会・部会別シンポジウム 話題提供：川邊 譲（'79文、水戸少年鑑別所）、藤野京子（'84文、法務省）、浜井浩一（'84教育、法務省） 「鑑別業務と処遇の仕事から見た最近の少年非行の特質」 コーディネーター：高桑益行（'51文、早稲田大）
28	1996年5月18日 早大本部7号館会議室	早稲田大学心理学会第21回大会・部会別シンポジウム 瓜生 武（家庭問題情報センター）「非行少年と会うことの意義 —治療構造論の視点から—」 コーディネーター：高桑益行（早稲田大学）
37	1997年5月31日 文学部第1会議室	早稲田大学心理学会第22回大会・臨床・非行・発達臨床心理学研究会合同シンポジウム 「女性・家族・仲間・社会 —新しいサポートのありかた—」 岡島陽子（フリッカ・ビーウーマン） 女性の回復の場 三沢直子（鉄道弘済会福祉相談所） 家庭における育児力の低下をどう補うか —今後の臨床心理士の役割— コーディネーター：河合美子（日本福祉教育専門学校）、司会：深澤道子（早稲田大学教授）

8. 発達臨床研究部会

■ 開催記録一覧

回	開催日／会場	講師・話題提供者／演題（話題・テーマ）
1	1995年 9月30日 文学部327教室	小嶋謙四郎（早稲田大学名誉教授） メタファーの臨床的機能について
2	1995年12月 2日 文学部第5会議室	小嶋謙四郎（早稲田大学名誉教授） メタファーの臨床的機能について
3	1996年 2月 3日 文学部第5会議室	小嶋謙四郎（早稲田大学名誉教授） メタファーの臨床的機能について
4	1996年 3月16日 文学部第5会議室	小嶋謙四郎（早稲田大学名誉教授） メタファーの臨床的機能について
5	1996年 5月11日 文学部第7会議室	小嶋謙四郎（早稲田大学名誉教授） メタファーの臨床的機能について
6	1996年 5月18日 早大本部7号館	早稲田大学心理学会第21回大会・部会別シンポジウム コーディネーター：中田洋二郎（精神・神経センター 精神保健研究所）・井原成男（公衆衛生院） 司会：馬岡清人（日本女子大学） 「発達臨床とは」 井口由子（こどもの城小児保健クリニック）、中田洋 二郎（精神・神経センター精神保健研究所）、奥山真 紀子（大宮小児保健センター）
7	1996年 6月29日 文学部第7会議室	小嶋謙四郎（早稲田大学名誉教授） メタファーの臨床的機能について
8	1996年 7月 6日 文学部第7会議室	小嶋謙四郎（早稲田大学名誉教授） メタファーの臨床的機能について
9	1997年 5月31日 文学部第1会議室	早稲田大学心理学会第22回大会・臨床・非行・発達臨 床心理学研究会合同シンポジウム コーディネーター：河合美子（日本福祉教育専門学 校） 司会：深澤道子（早稲田大学教授） 「女性・家族・仲間・社会 ―新しいサポートのありか た―」 岡島陽子（フリッカ・ビーウーマン） 女性の回復の場 三沢直子（鉄道弘済会福祉相談所） 家庭における育児力の低下をどう補うか ―今後の臨 床心理士の役割―

1. 開催記録一覧

回	開催日／会場	講師／演題
1	2007年10月13日 文学部第二研究棟5階第5会議室	柴田良一（江戸川大学社会学部） 今学校で何が起きているか？
2	2007年12月15日 文学部第二研究棟5階第5会議室	朝岡美好（KPMGヘルスケアジャパン株式会社） 病院を取り巻く環境と病院内部の変化
3	2008年3月8日 文学部第二研究棟5階第5会議室	谷口幸一（東海大学健康科学部） 介護問題
4	2008年5月24日 文学部第二研究棟5階第5会議室	永田亮子（日本たばこ産業(株)食品事業部商品統括部長） 商品開発の舞台裏 ～大切な人に食べてもらいたい
5	2008年10月18日 文学部33-2号館（プレハブ）2階第2会議室	井上夏彦（宇宙航空研究開発機構（JAXA）） 話題の職場紹介 宇宙飛行士の健康管理
6	2008年12月6日 文学部31号館2階205教室	所 正文（国士舘大学政治経済学部） 交通社会における高齢者の問題
7	2009年10月3日 文学部31号館102教室	中村 誠（早稲田大学心理学会理事） 高齢期の生き方
8	2009年11月28日 文学部第二研究棟6階第7会議室	藤野京子（早稲田大学文学学術院） 非行とは何か
9	2010年5月22日 文学部第二研究棟6階第7会議室	笠原かほる（ピジョンウィル株式会社代表取締役） 会社でこんなに役立つ心理学
10	2010年10月2日 文学部第二研究棟5階第5会議室	木之下みやま（東京都職員共済組合） 職場復帰への取り組み
11	2011年5月21日 文学部第二研究棟5階第5会議室	松田英子（江戸川大学社会学部） 睡眠の正常と異常～臨床心理学からの理解と支援
12	2011年10月29日 文学部第二研究棟5階第5会議室	小林 源（産業カウンセラー・LEC東京リーガルマインド大学） 仕事との出会い方、その続け方～就労支援カウンセリング事例と、就活川柳・一人百句から考える～
13	2012年5月19日 文学部34号館3階355教室	西條剛央（早稲田大学大学院商学研究科MBA専任講師） なぜ構造構成主義は復興支援活動に役立ったのか？
14	2012年10月27日 文学部34号館1階151教室	野澤孝司（目白大学人間学部）、高橋カレン（笑いヨガ・ティーチャー） 笑い与健康 ―笑いの社会健康的・進化的意義と日常の実践

回	開催日／会場	講師／演題
15	2013年5月25日 戸山キャンパス 33号館5階531教室	大橋靖史（淑徳大学総合福祉学部） 占い師と相談者のコミュニケーション ～ “未来” はいかに生み出されるか？～
16	2014年5月14日 文学部第二研究棟5階第5会議室	押山千秋（音楽療法士・福島県立医科大学大学院） 障がい児を対象とした音楽療法 ～障がい児の適 応行動形成に有効な音楽活動～
17	2014年12月6日 戸山キャンパス34号館453教室	湯川進太郎（筑波大学人間学群・武道家） からだでこころをマネジメントする：身体心理学 の理論と実践
特別 セミナー	2015年4月25日 文学部第二研究棟5階第5会議室	小林 源（早稲田大学心理学会副会長） 「なるほど！の就活 ～面接者の心理を読む～一 面接・履歴書中心の実習とQ&A～
18	2015年5月23日 文学部第二研究棟6階第7会議室	中村玲子（帝京平成大学健康メディカル学部） スクール・ソーシャルワーカーの仕事 ～相談事 例を通して～
19	2015年11月14日 戸山キャンパス32号館128教室	向後千春（早稲田大学人間科学学術院） アドラー心理学入門 劣等感／ライフスタイル／ 勇気づけ
特別 セミナー	2016年3月30日 文学部第二研究棟5階第5会議室	小林 源（早大心理学会副会長） 納得の『就活』～新たな知見であるがままを活か せ～
20	2016年5月28日 大隈ガーデンホール（大隈ガーデ ンハウス1階）	藤本 靖（ボディワーカー／米国Rolf Institute認 定ロルフアー） センスを磨くのに努力はいらないーココロとカ ラダの悩みを解決するー
21	2016年11月26日 文学部第二研究棟6階第7会議室	富田真紀（台東区松が谷福祉会館こども療育室） 「発達障害」のいま：臨床の現場からー「心の理 論」から「社会脳」へー
22	2017年5月27日 早大戸山キャンパス 33号館 3階 第1会議室	山本利枝（千葉大学こどものこころの発達教育研 究センター） レジリエンスを高め折れない心を作るには
23	2017年10月21日 早稲田大学戸山キャンパス 39号館 5階 第5会議室	長谷川智子（大正大学心理社会学部） 変わる家族の食卓を考えるー写真法から見える 日常ー
24	2018年5月19日 早大戸山キャンパス 31号館127教室	大島郁葉（千葉大学子どものこころの発達教育研 究センター） 思春期以降の自閉スペクトラム症者の理解と支援
25	2018年10月20日 早大戸山キャンパス 36号館381教室	岩田浩康（早稲田大学理工学術院） 身体感覚から見たリハビリテーションとスポーツ 技能ーメカトロ技術からのアプローチー

2. 子どもを対象とした音楽活動～活動の持つ「意味」を考えながら

音楽療法士 押山千秋（二文・1991）

I. 音楽は私たちの身近に有り、世界中の様々な文化の中でも重要な役割を担っている。その音楽の様々な要素を使って、対象者のためにトリートメントを行うのが音楽療法である。遠山（2005）は「音楽の機能とは、音楽が人間に与える様々な影響とそれに対する反応を指す。音楽は人間に生理的、心理的、社会的な影響をもたらす。音楽療法とは、そのような音楽の影響を対象者の状況に即して活用していくものであり、個々の対象者に対する目的を遂行するために音楽の力を借りるものである。つまり音楽を媒介として（音楽を通して）目的を遂行しようとする営みなのである」と音楽療法を定義づけている。「音楽活動」と「音楽療法」の違いは、音楽活動は、活動を行っている本人が主体となっているのに対し、音楽療法は、対象者の変容のために目的をもって行うもの、という点で大きく異なっている。

また、神経科学の知見から、音楽の生理学的影響については、「音楽を聴いて震えるような感動を覚えた場合、心臓の拍動、筋肉の緊張や呼吸数が変化し、このような自律神経系の反応が強い場合、側坐核、扁桃核、前頭前野、前頭眼窩野、中脳といった報酬・情動系での大きな血流の変化が認められる。音楽の情動処理は脳の広範な範囲で同調して行われている。失音楽症という音楽に対する認知能力が失われる症例では、旋律を分析的に認識する能力を完全に失っても、悲しい旋律か、楽しい旋律かなどの、旋律の感情的要素は識別できる。またその逆の例もあることから音楽の旋律を理解するメカニズムと音楽の情動を理解するメカニズムは別であると考えられる。

音楽療法の対象者は乳幼児から高齢者までと幅広く、心身に障がいのある子ども、成人（知的障がい、肢体不自由、視覚障がい、聴覚障がい、情緒障がい、言語障がい、病弱、重度重複障がいなど）、摂食障がい、統合失調症・うつ病などの精神疾患患者、高齢者、終末医療の受療者、その他（健康維持や病気予防など）である。音楽療法が行われている場所としては、身体障がい者通所更生施設、知的障がい者通所更生施設、子育て支援センター、医療機関、特別支援学校、自主グループ、精神病院、精神科クリニック、特別養護老人ホーム、デイサービスセンター、老人保健施設、内科、心療内科、小児科、ターミナルケア、その他（刑務所など）が挙げられる。

II. 障がいを持つ子どもの音楽療法の場合の音楽療法計画のプロセスを下記のようにまとめた。

【対象児の理解】 ①障がい状況についての理解⇒障がいの種類・程度・特性について、てんかんの発作があるかどうか、薬の服用状況について、身体にまひがあるかどうか、感覚に何らかの異常があるかどうか。②発達についての理解⇒運動面の発達状況の把握、認知面の発達状況の把握、環境への適応能力の把握、子どもの理解力や理解の範囲などの把握。③言語・コミュニケーション能力の発達状況⇒受容言語の把握、表出言語の把握、呼吸・発声等に関

する運動能力の発達状況の把握。④情動面の発達状況⇒注意の集中・持続に関する能力の発達状況、感情をコントロールする能力の発達状況。⑤対人関係・社会性の発達状況⇒大人との関わり状況、子ども同士の関わり状況、グループ内での行動などの把握。⑥行動特徴についての理解⇒それぞれの特徴的な状況がいつ、どのような条件の際に生じるのかについて情報を集める。常同行動、不安傾向、多動傾向があるかなど。⑦音や音楽に対する反応についての理解⇒好きな音・音楽があるか、嫌いな音・音楽があるか、音・音楽に対する特別な反応があるか。

【音楽療法の目標設定】 対象児の実態に基づいて、その子どもが抱える問題点や課題についての検討を行い、それに対する目標を個々に設定する。集団のセッションであっても個に焦点を当てることが大切である。

①基本的な学習態度を身につけさせる。⇒各感覚の発達を促し、感覚と運動の統合を図る。注意の集中・持続力を育む。適応的行動の持続力を育む。着席行動を身につけさせる。事物・事象の理解、それらの関係性を理解できるように導く。②運動能力の発達を促進する。⇒バランス感覚を育て、身体各部位間の協応性を高める。手指の機能を高める。リズム感覚を育てる。発声・発語に関する口腔内の諸機能を高め、呼吸のコントロール力を養う。③情動に関する諸能力を育む。⇒情動の発散を体験させる。情動の安定を図り、自己の情動をコントロールする能力を養う。④社会性に関する諸能力を養う。⇒自己表現力を養う。声や楽器、身体の動きなどの音楽的表現を通して自己の内的世界を外に表す体験をさせる。他者とのコミュニケーションを体験させる。集団の一員としての行動がとれるようにさせる。自発的に活動に参加する態度を養う。

【プログラムの検討】 一人ひとりの対象児に対する目標を念頭において、セッションの展開内容や方法等を検討し、プログラムを設定する。最初に活動があるのではなく目標に対する活動の在り方を検討することが大切である。「活動に子どもを合わせる」のではなく、「子どもに活動を合わせる」ということである。プログラムはあくまでも目安に設定されるものであり、その時々を対象児の状態に応じて臨機応変に対応しなければならない。

【セッションの流れについての検討】 ①刺激・活動などの配列 ②時間の配分 ③場面設定

【セッションで使う曲についての検討】 ①対象児の発達状況や年齢を考慮する⇒子どもに受け入れやすい曲を求める。子どもの実態に即した曲を求める。②セッションの課題を考慮する⇒個々の対象児の課題を考慮して曲を選ぶ。集団全体の課題を考慮して曲を選ぶ。③活動の性質を考慮する⇒静的な活動・動的な活動、それぞれに適した曲を選ぶ。④表現の方法を考慮する⇒活動内容に適した曲を選ぶ。⑤季節や行事を考慮する。⑥即興演奏⇒子どもの状況に即して即興的に音楽を演奏する。⑦その他⇒子どものリクエストに沿って曲を選ぶ。

【セッションで使う楽器についての検討】 ①身体そのものを楽器にして表現する。②身体の動きで表現する。人間の表現の限界を補ってくれるものが楽器である。楽器は子どもたちの表現を助け、豊かな自己表現の体験を与えてくれる。

【楽器がもたらす機能・効果についての検討】 視覚、聴覚、触覚などの感覚に働きかける。注

意の集中力、持続力を高める。興味、関心を引き出す。探索行動に繋がる運動（動作）を引き出す。自己の欲求、要求を引き出す。楽器を媒介としてコミュニケーションを体験させる。認知能力を高める（弁別、選択、意思決定、記憶等）。心理的な抑圧からの解放をもたらす（情動の発散、ストレスの解消など）。

Ⅲ. 以上のようなことを検討しながら、子どもを対象とする場合、これからの人生にとって必要なことに対する教育的な意味合いも考慮しながら、設定された目的のために音楽を効果的に使うことで、子どもに対してより効果的なトリートメントを行うことが可能になると考えられる。

3. なぜ構造構成主義は復興支援活動に役立ったのか？ —ふんばろう東日本支援プロジェクトの活動を通して—

西條剛央（早稲田大学大学院商学研究科MBA 専任講師）

1. 構造構成主義とは何か

総合領域としての人間科学が、異なる領域のあいだの不毛な信念対立を解消し、建設的なコラボレーションを生み出すため「原理」(メタ理論)として考え出されたのが、構造構成主義です。これは新しいICチップみたいなもので、いろいろな学問領域に組み込んで役立てることが出来ます。2005年に「構造構成主義とは何か次世代人間科学の原理」(北大路書房)を上梓しました。「現代のエスプリ」に特集されたり、毎号テーマを決めて「構造構成主義研究」という冊子を出したりしています。震災前までは「そこそこ学問の世界に広がっていけばいいな。あまり有名になり過ぎると面倒くさい」ぐらいに思っていました。

2. ふんばろう東日本支援プロジェクトとは？

それが震災の現場に行ってみて、被害もすごいんですけども、システム上の問題で物資が届かないとか、届いても公平主義で数が合わないと配らないというのを目の当たりにし、震災をキッカケに日本の社会が抱えていた不合理が一気に表れてきたと痛感しました。そこでツイッター、ホームページ、フェイスブックを利用して活動をはじめ、3千カ所以上に物資を届けたり、アマゾンから3万個以上の物を送ったり、行政が集めたまま配られていない物資を10tトラックで40台分くらい運んだり、家電を25,000世帯以上に送ったりしました。

3. 方法とは何か

ここで紹介したいのは「方法の原理」ということです。方法というのは①特定の状況

で、②特定の目的を達成するための手段です。そのことに例外はない。例外がないということは原理的なことです。であれば絶対的な正しい方法がどこかに転がっているわけではなくて、その都度、①状況に応じ、②目的を達成するために有効な方法を見つけるか、作れば良い。

4. 正しさから有効性へのシフトチェンジ

「正しい」と言ったとき、その中には暗黙裡に絶対性が折り込まれています。「あなたは間違っている」と言われると、本当はそうだとしても、心が傷ついてしまい、認めがたい。そうではなくて「方法の有効性」の方にシフトすれば議論もスムーズに進めやすくなる。現在は変化のスピードが速い時代なので前例を踏襲しては満足に機能しない。その都度新しい方法を見つけることが有効です。個々の知識以上に方法の使い方の知識が大切になります。

5. 信念対立

関心が強いと信念対立が起きやすい。微細な差に敏感になり、ちょっとした違いが許せなくなる。組織というのは「心」を持った人間の集まりなので、話しても余計ケンカになってしまうこともあります。「話せば分かる」とは限らない。合わない人とは付き合わないというのもひとつの知恵ですが、チームで何かをするとすると、そうも言っていられません。

ボランティアというのは誰でも「自分は正しいことをやっている」と思っているので、相手と対立すると、「自分は正しい、だから「相手が間違っている」と思ってしまうがちです。

6. 関心相関性と契機相関性

「水溜まり」もふつうは邪魔なだけだが、砂漠では大切なものになります。様々な存在・意味・価値は、身体・欲望・目的・関心に応じて規定されます。存在と認識は切り離せないものです。自分が「当たり前だ」と考えていることも他の人から見たら、当たり前ではないのです。

自分の関心は体験（契機）から自然に形作られるので盲点になりやすい。さらに関心に応じて価値が表れるのでいっそう見えにくくなります。①体験（契機）→②関心→③価値といった順に作られるので、③価値判断で対立した場合、→②関心→①体験（契機）と遡る思考法がないと、信念対立から抜け出せなくなります。自分の価値判断の元になった体験や関心を忘れがちになります。

7. 感謝することの大切さ

ボランティア活動を1年間やって来て、「感謝すること」の大きさを痛感しています。

感謝の反対は何かというと「当たり前」なんですね。感謝というのは自分も相手も同時に肯定することです。生命は肯定されたがっている。一生懸命やっているのに否定されると傷つく。傷つけられた悲しみが、怒りとして表わされる。まず相手を肯定することからスタートする。

自他の関心のズレを自覚し、相互に了解可能なメタ関心（共通目的）を共有する。共通目的に照らし、どちらの関心が妥当か問い合う。こういう考え方はテーマを問わず、いろいろな分野で役に立てることが出来ると思います。

4. 身体感覚から見たリハビリテーションとスポーツ技能 —メカトロ技術からのアプローチ—

岩田浩康（早稲田大学理工学部教授）

はじめに

私はロボット工学を研究している人間で、今日はイメージとしては、「人のやっていることがよく分かるけれども、自分のことはわからない」ということがありますね。そういう事は、リハビリテーションとかスポーツの中でよく起こっていることですね。体の動かし方なんかでも、「ひじが下がっているよ」というようなことをコーチが教えてくれる。そういう時に、自分ではひじをあげているつもりでも、実際には下がっている。それで「またやり直し」というようなことが起きています。他人のやっていることはよくわかる。でも自分のやっていることはわからない。それをちょっとした技術を使って、本人にわからせてあげるようにすると、「あ、ここが悪いのか。だったら、もう少しひじを上げてみよう」と気がつく。そういうことを通して、よりよい動作、あるいはパフォーマンスにつなげていこうと思っています。

1部 BMIとリハビリテーション機器開発の現状

ブレイン・マシン・インターフェース (BMI)

まずリハビリテーション機器の開発の現状をお話したいと思います。皆さんが夢見るような機械としてブレイン・マシン・インターフェース (BMI) というのがリハビリテーション技術の理想形なわけです。例えば寝たきりになったとしても、カーテンを開けたいと思っただけでカーテンを開けたり、テレビを見たいと思っただけでテレビをつけたりできる、このように脳と機械をつなげる技術をブレイン・マシン・インターフェースといいます。やはりアメリカは進んでいて、首から下が動かない人の脳に直接、電極を埋め込んでコンピュータを操作させるようなことが報告されています。ただ問題点としては、脳と機械をつなぐのにケーブルを介しているので、感染症とかの可能性があるので、非常に危ないということがわかってきました。また、操作をしていると

きにたくさんの脂汗をかいて疲れてしまう、使うこと自体が大きなストレスになる。

リハビリテーション支援ロボット

リハビリテーション支援ロボットは、筋肉から電気を取り出して体の動きを楽にしてくれます。この筑波大学・山海嘉之教授（サイバーダイン株式会社）が開発したHALは、ひじとかひざにモーターがついていて、例えば自分の動きを1とすると、それを10ぐらいにしてくれるので動くのが非常に楽になります。こういったものはかなり実用化が期待されています。パーキンソン病の患者さんにHALをつけてリハビリテーションをするという研究が、日本ばかりではなく、ドイツやベルギーでも行われています。パーキンソン病の患者さんは歩く時に勝手に足が出てしまうのですが、ロボットの助けで歩くパターンをコントロールしてあげることにより、見かけ上、歩くことができるようになる。歩ける経験をするのは大切なことで、リハビリテーションの第一歩になります。

2部 片麻痺リハビリテーション支援

これらに対して僕らがどういうアプローチをとっているのかということをお話しします。一般例としては脳卒中の後の片麻痺ということですね。右側の脳に卒中が起きる。つまり脳の右側の血管が詰まったり、破れたりすると、身体の左側の半身に麻痺が出るのです。その場合、運動の麻痺が起きることもあるし、感覚の麻痺が起きることもあります。足を床につけても感覚がない。手で触っても感覚のない。こういうことが起きる。イメージとしては、長く正座をして立ち上がった時に足の感覚がない。しばらくすると足の感覚が戻る。あの状態が長く続くと考えていただければ良いと思います。僕らはそういう感覚が弱くなってしまった人たちに対して、感覚をうまく支援してあげたら良いのではないかと考えました。

脳卒中片麻痺

脳卒中の患者さんは日本国内で118万人いると言われていています。そういった方々は歩行の仕方に問題がある。健常者の場合は、かかとが着いた後に、小指の下と親指の下にグッと力を入れて蹴り出して行くけど、片麻痺の場合は足がそっくりかえってしまう。内反と言って足が内側に向いてしまう。こうした状態で、腕を抱え込んで、足を引きずって歩く。この問題は何かというと運動も麻痺しているが感覚も麻痺している。だから足の着き方がまずくても自分で気がつかない。周りの人が「足が曲がっているよ」と言っても、「大丈夫ちゃんと着いている」と答える。また、かかとから着くべきなのにつま先から着くので、歩く時にブレーキがかかってしまう。それに本人はなかなか気がつかない。身体を動かすということは運動も大事だけど感覚も大事。運動機能が麻痺す

ると運動を補ってあげようとするのが普通で、HALなどもそういう考え方です。僕たちは、身体を動かすときには運動も大事だけど、その前に感覚を確かめて、ちゃんと身体の中で感覚を作ってから、それを運動につなげようと考えました。

知覚の支援

足の感覚がないならそこにセンサーを敷いてあげる。その情報を例えば腕とか、背中とか、感覚が足よりも良いところに伝えてあげる。足の裏が地面についたときに、その刺激が背中に伝わる。そうすると面白いことに「あ、かかとが地面に着いた」ということが背中ではわかる。足の裏の感覚が麻痺しているのなら、麻痺していない背中とか腕とかに代替して刺激を伝えてあげれば、必要な感覚が得られるのではないかという仮説を立てました。刺激の方法をいろいろ変えて、振動刺激に変えたりしました。携帯電話の振動刺激のようなものを背中の5カ所に付けて、足にもセンサーを5カ所に付けて、かかとの情報は腰のあたりに、つま先の情報は肩のあたりにというようにしました。そして正しい歩き方の情報を背中での感覚で覚えてもらう。そうすれば、より良い歩行ができるようになるのではないか。振動の強さというものも圧力の強さによって変えられるようにしました。蹴りだしの圧力が弱ければ振動も弱い。強い蹴りだしができれば振動も強くなる。

質的变化と量的変化の両立に向けて

これまでのリハビリテーションのやり方というのは、歩く速度が上がらなければ効果がなかったと言われてしまう。でもここで、量的な変化は変わらないけれども質的な変化があったのではないかという観点を取り入れてみると、また違った評価ができるのではないか？ 左右のバランスを崩しながら歩いているのがバランスよく歩けるようになって、速度が変わらなければ、今までのような量的な評価からすれば変化がなかったと言われてしまう。でも、僕らはそうじゃないだろうと考えます。最初に患者さんに歩行の姿勢の悪いところに気づかせる、そうすると初めは速度が落ちてしまう。僕らはまず患者さんの歩行の質的な改善を行う。つま先から着いてしまうのをかかとから着くようにする。そうすると患者さんはそこに気を取られるので歩くのが遅くなってしまいます。僕は「それでいいんだ」と考える。患者さんは歩行の仕方が改善されると、その後歩行の速度も上がってくるのではないかと考えました。歩行の姿が改善されると歩行の速度も上がってくる。つまり質的な改善をすると、それが量的な改善にもつながるのではないかと考えました。

知覚共感ウェア

実際に患者さんにこの装置をつけてもらって歩いてもらうと、どうしても歩くことに注意が行って、背中のセンサーに注意が行かなくなってしまうことがあります。そうす

ると、側にいるセラピストが注意をしても、患者さんは「そんな事はない」と否定します。二の足を踏んでも一瞬のことなので気がつかない。かえって悪い動作を学習してしまう。そこで、背中につけるベストを2組作って、1つを患者さんに、もう1つをセラピストにつけます。そうすると患者さんが背中で感じているのと同じ刺激をセラピストも同時に感ずることができる。「あれ？おかしいよね。今、つま先から着いたよね」という風に患者さんに注意できる。これを僕たちは知覚共感ウェアと名付けました。

高齢者におけるバランス調整

次はバランス鍛練リハビリテーションです。われわれは体のバランスを保つ時に、①視覚、②足の裏の感覚、③前庭器官、この3つの感覚に基づいて行っています。体操の内村選手などは自分の身体が今どの程度傾いているのかということが常に的確に分かっています。このバランス感覚というものは加齢とともにだんだん下がってきます。視覚機能、体勢感覚、前庭感覚といったものを、なんとか装置によって補ってあげられないかと考えました。それで作ったのが、この装置です。大変シンプルなものですが、重心の傾きを振動で伝えてあげることができる。腰に巻くベルトに4カ所、振動モーターがついています。これによって「自分が今どの方向に傾いているか？」ということが分かる。身体が傾くと当該のモーターが振動して傾いたことを教えてくれる。重心からのズレを数値化してモニターに示すことができ、それを見ながら患者さんは身体のバランスを保つトレーニングができる。

知覚支援RTが目指すリハビリフロー

患者さんに「まっすぐ立ってください」と言った時に、やはり片足が麻痺していますから姿勢を正しく制御できない。その時に筋肉の緊張とかを訓練してあげる。立った時の姿勢のバランスを正しくしてあげる。歩行する場合にも、健常な人は左右に正しく加重を移動しながら歩行するが片麻痺の人はどうしても健常な足だけに体重をかけようとする。麻痺した足に加重をかけられないので、偏った歩き方になる。だから麻痺した足にグッと体重をかけられるようになれば正しい方向に近づける。しなやかな歩容につながるっていくのではないかと。そのように考えて、先程の装置を患者さんに付けました。その結果、立っている姿勢における重心の動揺が減って、姿勢の安定性に寄与することが分かりました。

遠隔地から見守る知覚共感型在宅リハビリテーションの実現に向けて

さらにこれらの装置を使って、自宅にいる患者さんの情報を病院の医師やセラピストに伝えられるようにということを考えています。バランス感覚やその他のデータを遠隔地にいるセラピストに見守ってもらえる。そういうことができるシステム作りを考えています。患者さんから見た場合には、在宅リハビリにつながる。退院して自宅に戻る

と、だんだんリハビリテーションの効果が薄れてくる。それを防ぐには「誰かが見てくれる」というような状態を作る必要がある。そこで先程の装置をつけて、遠隔のセラピストや医師に情報を送ることができれば患者さんのリハビリテーションの意欲を維持することができる。場合によってはセラピストに共感ウェアをつけてもらって遠隔地から指導してもらえる。そういうことを期待して僕たちは今システムを研究しています。

3部 スポーツ技能とバイオフィードバック スポーツ技能習熟支援システム

スポーツの技能を鍛練するシステムを色々作っています。バスケットボールでフリースローが入りやすくなる装置とか、野球のバットスイングが高速化できる装置など。バットスイングが高速化できればボールが遠くへ飛びますし、打率が上りホームランが増える可能性がある。あるいはバレーボールで、相手のスパイクを拾いやすくなればチームの勝利に貢献できる。バレーボールのスパイクを拾いやすくする装置を作っています。実際にスポーツ技能を深めるような装置の開発を進めています。たとえば目で見て、自分の悪い姿勢、あるいは理想的な姿勢との差を見られる装置と、音で知らせる装置とがあります。場合によってはリハビリの時と同じように触覚で知らせた方が良い場合もあるかもしれません。いろいろと試していきたいと思っています。いずれにしても共通するのは、現状と目標とする姿勢や動作との違いを認識してフィードバックすることにより効率的な学習を促すことです。リハビリテーションと同じように、かかとから着くべきところをつま先から着いてしまっているのを、自分では正しく動作しているつもりでもボールが間違った方向に飛んでいってしまう。体の使い方が間違っているのを装置が教えてあげるにより技能の改善につながる。

スパイクレシーブ技能訓練システム

これはバレーボールのレシーブの技能を向上させるトレーニングです。止まっているボールを打つトレーニングではなく、飛んできたボールをどのように打つかということです。飛んでくるボールを目で見極めて、その着地点にちゃんと自分の手を持っていくかということです。目と手の協応動作です。ハンド・アイ・コーディネーション (Hand Eye Coordination) と言いますが、こういう能力を磨く必要がある。自分がボールを受ける手の位置を、セッターのことを考えて、適切に動かさなくてはいけない。飛んでくるボールが速くなれば速くなるほど、反応のレベルを高くしないとイケない。その技能を鍛練する装置を作りました。これを使って実際に訓練をした結果です。限られた例ですが、理想面とのズレ角度が統計的にも有意に改善され、レシーブの成功率があがったことがわかります。

いま日本の女子バレーボールは結構強いのですが、外国の選手と比べて日本の選手の方が背が低いので、セッターにボールを返すにしても高く上げてしまうと、どうしても

ブロックの位置の高いブラジルとかイタリアの選手に負けてしまう。そこで、この装置を使って低い軌道でセッターにボールを返す練習をすれば良いのではないかと考えています。全日本チームからオファーが来ないかと待っているのですが（笑）。

選手データを基にしたVRトレーニング

最後ですが、最終的にやりたいこととしては、例えば外国の一流選手のデータを集めて、それをこの装置の中に取り入れ、そのボールの高さとか速さとか回転とかを再現して、それに対する対応をシミュレーションできるようにすれば、先ほどの全日本チームの練習装置としても使えるのではないかと考えています。データをたくさん集めることによって、より現実的なボールの性質を再現したものになるのではないかと考えて研究しています。

5. 変わる家族の食卓を考える ―写真法から見える日常―

長谷川智子（大正大学心理社会学部教授）

私たちは、メディアを通してさまざまな人の食写真を目にします。そのときには、「今時の食卓はこんなにもひどいのか…」といった感想をもつことも少なくありません。私たち自身が営んでいる日常の食生活は、私たち個人のものである一方、時代を映し出す鏡ともいえます。本講座では、私たちの日常の食の背景にある様々な時代による変化―家族のありかた、家庭経済、食産業など―を読み解きながら、①中学生、②大学生、③幼い子どもをもつ母親の世代の3グループの食事写真から見えてくる特徴から現代の食について考えます。

	男	女	計
①中学生	10	10	20
②大学生	10	10	20
③幼児を持つ母親		67	67

1. 1960年代以降の食産業と家族の変化

1960年代以降の日本の食産業の変化は大きく2つあります。1つめの変化は1970年代の食産業の急速な発展です。1970年にファミリーレストランが日本に誕生し、同年に開催された万国博覧会においてファストフード店、回転寿司店が展開されました。一方、1960年代から店舗数を増やしていたスーパーマーケットは、1970年代には着実に増え食料品供給の中心となり、コンビニエンスストアも1974年に日本1号店が誕生しています。カップ麺などのインスタント食品も1970年代から大幅に増えてきます。1970年代

は、家庭の食がおおよそは内食（家庭内で調理された食品を自宅で食べる食事の形態）であるものの、外食や中食（自宅外で調理された食品を購入して自宅などで食べる食事の形態）の選択も可能になった時期であるといえるでしょう。また、この頃本州では主要な高速道路が整備され、野菜などを含め食品の遠距離輸送も可能になりました。

2つめの変化は1990年代の低価格路線の開拓と中食産業の拡大です。バブルが崩壊した1992年には低価格の料理を提供するファミリーレストランが誕生し、従来から展開されていたファストフード店では100円でハンバーガーを販売するなど、低価格競争が始まります。また輸入牛肉の税率低減に伴い、焼き肉の食べ放題を標榜する店が増加するなど、かつては高級食であった牛肉が気軽に低価格で食べられるようになります。さらに弁当屋や惣菜店の増加、いわゆるデバ地下やスーパーマーケットでの惣菜売り場の増床などによる中食産業の拡大によって、好きな「おかず」をいつでも好きな分だけ購入できる機会が増えました。

このような食産業の変化を頭の隅に置きながら家族の食の変化についてみてみます（図1）。1世帯あたりの1カ月の食料支出額からみた家庭の食の外部化率（食料支出額のうち外食・中食による支出額の割合）は統計開始時の1975年から現在まで右肩上がりの上昇を続けており、最新のデータでは約45%です。食の外部化率の上昇は1997年頃までは主に外食によるものでしたが、1998年以降は外食が減少し中食の支出割合が急増しました。

また、2016年時点での世帯主の年齢階級別の食費の費目割合をみると、年齢が高くなるほど、調理を必要とする肉野菜などの素材系の食費割合が増加する一方で、外食の割合は減少しています。一方、調理食品の割合は年齢に関係なく一定していることから、簡便な食を支える調理食品は幅広い年代に浸透していることがわかります。

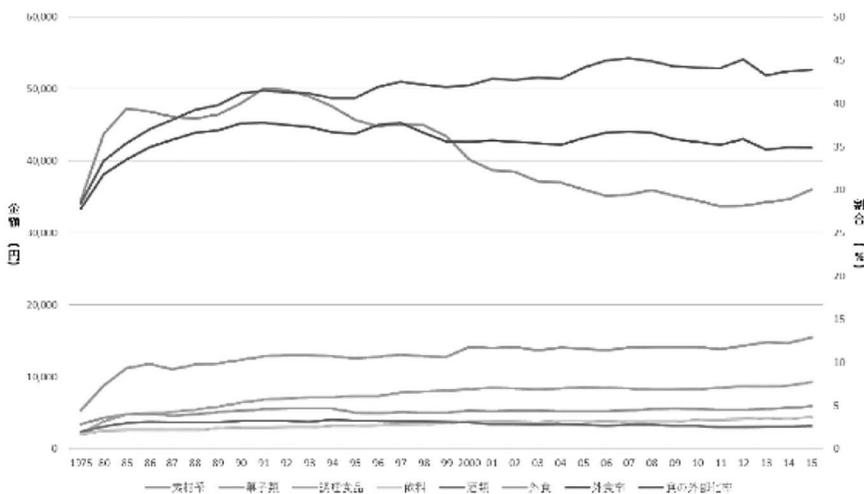


図1 食の外部化と1世帯あたり1カ月の食料支出額の推移（公益法人食の安全・安心財団『外食産業統計資料集 2017年度版』・総務省統計局『平成29年 家計調査年報』）

このような家庭の食の変化に影響を与える要因を3つ挙げます。1つめは家計です。勤労者世帯1カ月の支出の推移の詳細をみると1996年頃まで右肩上がりであった実収入・消費支出は2005年頃まで下降し、その後現在まで横ばいです。消費支出のうち、消費支出の減少と同様のカーブを描くのは食費であり、食費を切り詰めることによって家計をやりくりしていることが容易に想像でき、前述の食品の低価格化は時代のニーズとぴったりマッチしたといえるでしょう。2005年以降は世帯主収入の減少を埋め合わせるかのように妻の収入が微増しています。次に関係するのは、女性の社会進出です。日本の女性の労働力率は、M字カーブとあって古くは結婚、出産、1990年以降は出産を契機に仕事を辞め専業主婦になる世帯が多く25～34歳の労働力率の低下が他の年代と比べて著しかったのですが、2010年頃以降M字のくぼみが徐々に少なくなった、すなわち子育てをしながら共働き夫婦が増加しています。ただし、子どもをもつ世帯での女性の社会進出の多くはパートタイム労働者であり、世帯主の収入減の下支えをする役割をもっている場合が多いことも見逃せません。最後に家族構成の変化です。三世帯家族が減少し、夫婦と未婚の子から構成される核家族、夫婦のみの家族、単身者が増加しています。核家族で共働き世帯の増加により主たる食事作り手である妻が調理をする余裕がなくなったこと、高齢化した夫婦のみになり素材を購入しても十分使い切れないことなどと、低価格で容易に入手できる中食を販売する店舗が増加したことがあいまって、家族の食における中食利用が増えたものと考えられます。

2. 食写真からみた①中学生・②大学生・③幼児をもつ母親の食事の実際

私たちは、①中学生、②大学生、③幼児をもつ母親の食事の実際を写真法により分析をおこないました。写真法の手続きを簡単に紹介します。1週間のうち非連続の3日間(平日2日、休日1日)において飲食したものをすべてについて真上と斜め45度の2枚を15cmの定規を置いて携帯電話の写真機能を用いて撮影したものを、参加者からメール送信してもらいます。そのときに、食事のメニュー、料理の作り手、食事の位置づけ(朝食・昼食・夕食・朝昼兼用食・間食など)、摂取場所、共食の有無、一言コメントをメールに記載してもらいます。ここでお見せする写真法の参加者は、①中学生・②大学生はそれぞれ20名(男女10名ずつ)、③3～5歳児をもつ母親67名でした。中学生、大学生、母親のそれぞれの主な特徴は次の通りになります。

①中学生は、他の年代と比較して「不思議な取り合わせ」の食事が顕著に多く見られました。不思議な取り合わせの基準の主なものを挙げると、朝食・昼食・夕食の3食共通する基準として、「米飯・パン・麺類の2種類以上の主食のみを食べていた場合」、「食事メニューと飲料の取り合わせについて、飲料とともに摂食した3食の食事のうち、主食がパン以外の米飯、麺類と主食無しの食事における飲料が炭酸飲料、スポーツドリンク、果実飲料、市販の加糖コーヒー・紅茶を摂取した場合」などです。さらに夕食のみの基準としては「主食が2品以上あるいは主菜が3品以上あり、それらの取り合わせ

が1つの食事として系統立っていないもの」などです。メニューの一例として、「ご飯・刺身・いちごオレ」、「ご飯・マグロの刺身・カツ・ごぼうとコーンとニンジンのごま和え・牛乳・オレンジジュース」などが挙げられます。このような不思議な食事には食器が用いられず、ペーパーやラップ、調理器具のザルやボウル、購入時のパックが用いられることが多いことが示されました（図2）。すなわち、不思議な食事が多く出される家族の食卓では、惣菜などを価格等に配慮しながら組み合わせ食器に移し替えず買ったままの状態で作るだけでなく、内食の場合でもできるだけ食器洗いの手間を少なくするためにこのような状況が生じたものと考えられます。

②大学生のデータにおいて特筆すべきことは、個人の食習慣が比較的強固であることが示された点です。調査対象者の多くが本調査の1年前にも同様の調査に参加していました。2つのデータを比較すると、同一人物の1年前の食事と本調査の食事にはそれぞれに共通性がみられます。たとえば、1年前の食事調査で、米飯を食べない者、サプリを摂取する者、朝食は品数が多いが昼食・夕食はサラダと飲み物と食事量を極端に少なくする者は、本調査でも同じ食事パターンをとっています（図3）。大学生は他の年代と比較すると生活時間の自由度が高い特徴をもちますが、生活パターンが大きく変化しなければ食事のパターンは一定していることがわかります。このことは単に大学生の特徴というより、病気などによる食事改善を強いられるような状況以外においては、人間の食生活は長年の習慣を変えることが難しいことを示唆しているのかもしれない。

③幼児をもつ母親の食事の特徴としては、そのときのブームになっている食べ物が食卓にのぼること、ランチョンマットを使用している人が多かったこと、温かいお茶を飲む場合でも湯飲みは使用せずマグカップを用いることなどがみられ、この年代の人たちは食器の使用の仕方、種類やランチョンマットなどの食事を彩る食卓周りのセッティン



図2 夕食のメニューとして不思議な取り合わせの食事と食器の代用品（中学生の代表例）

1年前 1日目の全食事



調査時 3日目の全食事



図3 ある男子大学生の食事（サプリメントとグラタン）

グなども含めてメディアで提供される情報の影響を強く受けている様子が示されています。また米飯食でもコーヒーを飲む人が多くコーヒーへの嗜好性が高いこと、家族と一緒にの食事では料理を作るが1人の昼食はカップ麺やファストフードですます人も多く子どもや家族の健康の必要性から調理をしている様子もうかがえました。

以上のように家族の食のありようには世代差があることがわかります。しかしながら家族の食にはこのような世代差だけでなく、世帯年収や教育歴、家族の食の作り手の食の価値付け、および食の価値付けが親世代からどのように伝承されたのかなど、様々な要因が関与するものです。本講座では主に簡便化された家族の食を紹介しましたが、共働きで多忙であっても食事作りを大事にしている家庭はどの年代にも一定割合存在しました。今後は、食産業の発展と共に食の簡便化が進む家庭とそうではない家庭の違いは何であるのかを研究しながら、日本における家族の食のこれからを考えていきたいと思えます。

