

日本養生学会第16回大会（ようせいフォーラム2015）のご案内

下記の通り日本養生学会第16回大会（ようせいフォーラム2015）を開催いたしますので、ご案内します。

【主催】 日本養生学会

【期 日】 平成27年3月7日（土）～8日（日）

【会 場】 東京女子大学 25号館2F

<http://office.twcu.ac.jp/info/access.html>

- ・西荻窪駅（JR中央線・総武線、東京メトロ東西線乗り入れ）から北口より徒歩12分
北口（1番のりば）より吉祥寺駅行バスで「東京女子大前」下車
注：特別快速・通勤快速は西荻窪駅には停車しません。
土・日・祝日には中央線快速は停車しません。総武線または東西線をご利用ください。
- ・吉祥寺駅（JR中央線・総武線、京王井の頭線）から北口（3番のりば）より西荻窪駅行バスで「東京女子大前」下車
注：JRの場合、北口方面へは中央改札のご利用が最も便利です。
- ・上石神井駅（西武新宿線）から南口より西荻窪駅行バスで「地蔵坂上」下車、徒歩5分

【参加費】 3,000円（正会員）

1,000円（学生、非会員）

【大会役員】 大会名誉会長 清水司（日本養生学会会長、東京家政大学理事長）

大会会長 横澤喜久子（日本養生学会理事長）

【実行委員】 大会実行委員長 平工志穂（東京女子大学）

実行委員 遠藤卓郎（つくば筑波気功研究所）（講演・シンポジウム担当）

実行委員 矢田部英正（日本身体文化研究所）（講演・シンポジウム担当）

実行委員 中谷康司（中央大学）（講演・シンポジウム担当）

実行委員 天野勝弘（朝日医療学園）（一般研究発表担当）

実行委員 藤田恵理（東京農工大学）（一般研究発表担当）

実行委員 金田洋子（表千家茶道教授）（会計担当）

実行委員 佐藤節子（埼玉女子短期大学）（事務担当）

実行委員 水原佐和子（アルファ医療福祉専門学校）（事務・情報交換会担当）

実行委員 古屋ひとみ（事務・情報交換会担当）

【大会テーマ】 「養生と息すること」

生命を養うことを旨とする養生法のなかで、呼吸法は、体内の動きを活性化させる技法として、また精神のはたらきをコントロールする技法として、古代の昔から東洋の広い地域で伝承されてきました。インドのヨーガ、中国の気功法や太極拳、日本の禅宗など、呼吸法を重んじる修行の領域はアジアの全体に広く及んでいて、それらのほとんどは姿勢の訓練と同時に、呼吸の修養を進めていく特色があります。

2004年「立つということ」、2009年に「立つを考える」を大会テーマとしてとりあげ、2010年には本学会姿勢研究プロジェクトの発足、さらに2012年には「養生学からの立つ、歩く」等と姿勢にかんする研究テーマが一定の進展を見せ、本年1月には途に着いたばかりの共同研究も一つの形を見ることができました。従来の研究をさらに進展させる意味でも、今大会では「呼吸」の問題を取り上げることとなりました。

私たちが何気なく行なっている「息」のはたらきは、生理学的にはどのようなメカニズムをもっていて、日常生活のなかでどのような形で機能しているのでしょうか。一説に呼吸法は、とかく形骸化しがちな「型」の訓練に、やわらかな「風」を吹き込むといえます。つまり形ある「姿勢」のなかに、命ある動きを吹き込む「息」の役割は、科学的にはどのように理解され、また体育や伝統芸能の実践においては、どのように活用することができるのでしょうか。

本年度の大会におきましては、「息をすること」に関連した、科学と実践の双方の専門家に学びながら、人間のあらゆる活動に関与しているはずの呼吸の役割について、理解を深めていきたいと思っております。

【プログラム】

第1日目 3月7日(土)

10:00～10:30 受付 (25号館 2F ホール)

10:30 開会式 (牟礼記念ホール)

司会 佐藤節子 (埼玉女子短期大学)

開会の辞 実行委員長 平工志穂 (東京女子大学)

大会挨拶 大会名誉会長 清水司 (日本養生学会会長、東京家政大学理事長)

10:40～12:00 ようせい研究プロジェクトのこれまでとこれから (牟礼記念ホール)

司会 天野勝弘 (朝日医療学園)

①これまでの学会の歩みとこれから 横澤喜久子 (日本養生学会理事長)

②これまでのテーマ「姿勢研究の成果」 矢田部英正 (日本身体文化研究所)

③キーノートレクチャー「呼吸の生理機能」 中谷康司 (中央大学)

12:00～13:30 昼休み 理事会 (牟礼記念ホール)

※徒歩10分圏内にコンビニ、レストランがあります。学食は営業していません。昼食を持参された方は25号館2F視聴覚室でお召し上がりください。

13:30～17:00 シンポジウム 「養生と息すること」 (牟礼記念ホール)

司会 天野勝弘 (朝日医療学園)

- ①心地よく、息する
—休憩 10 分—
遠藤卓郎（つくば気功研究所）
- ②逆腹式呼吸による健康法を科学する
—休憩 10 分—
久保田武美（久保田病院理事長）
- ③指定発言
3 名を予定（現在交渉中）

17:30～19:30 情報交換会 東京女子大学同窓会館

第 2 日目 3 月 8 日（日）

9:00～12:00 一般研究発表（視聴覚室）

12:00～12:30 総会（視聴覚室）

12:30～12:40 閉会式（視聴覚室）

司会 佐藤節子（埼玉女子短期大学）

13:00～16:00 オプション（牟礼記念ホール）

茶の湯 表千家～もてなしのために
坐禅

金田洋子（表千家茶道教授）
矢田部英正（日本身体文化研究所）

【参加申し込み】

大会への参加・一般研究発表を希望される方は、2 月 15 日必着で別紙参加申込書を大会事務局宛にメールあるいは郵送でお願いいたします。

一般研究発表を申し込まれた方は、別紙研究発表案内をご参照の上 2 月 20 日までに抄録の提出をお願いいたします。

参加費の徴収は、大会当日を予定しております。

事前に納入し、領収書が必要な方は、事務局までご連絡ください。

牟礼記念ホールは土足入室禁止です。入室時には靴を脱いでいただくこととなりますので、室内履き、スリッパの持参をお勧めします。

情報交換会の会費は 3500 円、学生 1500 円を予定しています。当日受付でお支払ください。

第 2 日目（8 日）の昼食用お弁当を 1200 円で準備いたします。昼休みが短くなっているため、オプションに参加される方は、お弁当の持参か申し込みをお勧めいたします。必要な方は別紙参加申込書にてお申し込みください。

【宿泊】 各自でお申し込み下さい。

【大会事務局】 〒167-8585 杉並区善福寺 2-6-1

東京女子大学 平工志穂研究室

tel.03-5382-6383

mail: hiraku@lab.twcu.ac.jp