

セルフケア

できていますか？

— マインドフルネスを活かして —

日時

令和2年

2月20日(木) 17:30 ~ 19:00

臨床講義室1 (臨床講義棟1階)

講師

昭和大学医学部医学教育学講座・教授

高宮有介氏

(コーディネーター：医学・看護学教育センター・教授 伊藤 俊之)



概要

人の生死に関わる現場にいるとさまざまなストレスに晒されますが、それに対するセルフケアのひとつとして、マインドフルネスの活用が注目されています。

マインドフルネスとは、「今この瞬間の現実常に気づきに向け、その現実をあるがままに受け入れる心の持ち方や存在の有り様」とされています。

本FD研修会では、あそかびハーラ病院(京都府城陽市)での本学医学部医学科第5学年臨床実習「緩和ケア実習」において学生を指導いただいている、昭和大学医学部の高宮有介先生に、マインドフルネスについて解説いただきます。

※本研修会は、教員対象のFD研修会として開催いたしますが、教員以外の職員・学生の方々のご参加も歓迎いたします。

主催：医学・看護学教育センター 後援：滋賀医科大学医師会
問い合わせ：学生課学生企画係 (077-548-3597 hqgkikak@belle.shiga-med.ac.jp)

