

# 日 程 表

10月2日 金

W E B	
8:10	
9:00	
10:00	
11:00	
12:00	
13:00	
14:00	
15:00	14:30 ~ 15:50 各種委員会
16:00	16:00 ~ 17:50 理事会
17:00	
18:00	17:30~ 開 場
19:00	18:00~19:00 上級コース研修会 プラクティショナーズ・ カンファレンス —自己記録の効果的な活用法—

10月3日 土

W E B	
8:10~	開 場
8:40~8:45	大会長挨拶
8:45~9:35	口頭発表 1 座長：富岡 光直
9:35~10:25	口頭発表 2 座長：坂入 洋右
10:30~11:30	ラウンドテーブルディスカッション 座長：石井 広志、芦原 睦 松野 俊夫
11:40~12:40	入門コース研修会 ミート・ザ・エキスパート —あなたの疑問はここで解消—
13:00	講師：富岡 光直、笠井 仁、杉江 征 佐瀬 竜一、大平 泰子、松野 俊夫 江花 昭一、小池 一喜、堀田 亮
12:50 ~ 13:30	評議員会
14:00~14:50	総 会
14:55~15:55	大会企画 時空を紡ぐ：ATの過去・現在・未来 座長：久保 千春 演者：石津 宏、中塚 健太郎
16:00~18:00	シンポジウム 多領域・多職種を紡ぐこれからのAT ～エビデンスが拓く新たな可能性～ 座長：江花 昭一、細谷 紀江 演者：堀田 亮、佐藤 研 酒井 進吾、北守 茂 指定討論：大平 泰子
18:00	講師：佐瀬 竜一、堀田 亮、杉江 征 大平 泰子、松野 俊夫、江花 昭一 小池 一喜、笠井 仁、富岡 光直

# プログラム

1日目 10月2日(金)

14:30～15:50 各種委員会

---

16:00～17:50 理事会

---

18:00～19:00(開場17:30) 上級コース研修会

---

## [ プラクティショナーズ・カンファレンス —自己記録の効果的な活用法— ]

講師：佐瀬 竜一(常葉大学)  
堀田 亮(岐阜大学)  
杉江 征(筑波大学)  
大平 泰子(富山国際大学)  
松野 俊夫(日本大学)  
江花 昭一(神奈川大学)  
小池 一喜(日本大学)  
笠井 仁(静岡大学)  
富岡 光直(九州大学)

## 2日目 10月3日(土)

8:10～ **開 場**

---

8:40～8:45 **大会長挨拶**

---

大会長：河合 啓介（国立国際医療研究センター国府台病院）

8:45～9:35 **口頭発表 1**

---

座長：富岡 光直（九州大学）

### 1-1 心理状態の自己調整法としての身体動作と呼吸調整と自律訓練法の効果比較

○磯野 加奈子<sup>1)</sup>、吉武 誠司<sup>1)</sup>、雨宮 怜<sup>2)</sup>、山賀 祐汰<sup>1)</sup>、坂入 洋右<sup>2)</sup>

1) 筑波大学大学院、2) 筑波大学 体育系

### 1-2 自律訓練法のオンデマンド型指導の可能性と課題：大学生を対象とした実践報告

○齋藤 琢矢<sup>1)</sup>、和田 拓真<sup>2)</sup>、酒井 佑<sup>1)</sup>、稲垣 和希<sup>3)</sup>、雨宮 怜<sup>3)</sup>、  
坂入 洋右<sup>3)</sup>

1) 筑波大学大学院、2) 東京医科歯科大学 教養部、3) 筑波大学 体育系

### 1-3 オンライン自律訓練法指導の実践報告 —医療系学生を対象として—

○谷木 龍男<sup>1)2)</sup>、和田 拓真<sup>2)</sup>、稲垣 和希<sup>2)3)</sup>、水野 哲也<sup>2)</sup>

1) 清和大学 法学部、2) 東京医科歯科大学 教養部、3) 筑波大学 体育系

### 1-4 自律訓練法とバイオフィードバック療法の併用が有効であった舌痛症の1例

○上野 孝之、中村 祐三、都田 淳、竹内 武昭、端詰 勝敬

東邦大学医療センター大森病院 心療内科

9:35～10:25 **口頭発表 2**

---

座長：坂入 洋右（筑波大学）

### 2-1 睡眠導入薬の減量に自律訓練法が効果的であった不眠症の2例

○富岡 光直<sup>1)</sup>、山口 祐司<sup>2)</sup>、須藤 信行<sup>1)</sup>

1) 九州大学大学院医学研究院心身医学、2) 福岡浦添クリニック

## 2-2 自律訓練法の第1空間感覚練習が妨害刺激下での計算課題遂行に及ぼす影響

○奥代 健介<sup>1)2)</sup>、小澤 真<sup>1)</sup>

1) 聖徳大学大学院 心理教育相談所、

2) 葛飾区地域福祉・障害者福祉センター(ウエルピアかつしか)

## 2-3 外来患者に対して AT を短期習得させる効果

○松原 慎

医療法人 恵愛会 福間病院

## 2-4 統合失調圏患者に対する自律訓練法の指導と効果

○松原 慎

医療法人 恵愛会 福間病院

---

### 10:30～11:10 ラウンドテーブルディスカッション

#### 【グループ A】

座長：石井 広志(石井歯科医院)

#### 話題提供 A-1

自律訓練法により降圧薬の中止に至ったパニック障害を伴う高血圧症の一例

○伊津野 巧<sup>1)</sup>、朝野 泰成<sup>1)</sup>、西 雅美<sup>1)</sup>、野口 敬蔵<sup>1)</sup>、富岡 光直<sup>2)</sup>、  
吉原 一文<sup>2)</sup>、須藤 信行<sup>1)2)</sup>

1)九州大学病院 心療内科、2)九州大学大学院医学研究院心身医学

#### 話題提供 A-2

自律訓練法が著効した不安からさまざまな身体症状を呈していた  
2症例の転帰の比較

○上村 泰徳、小山 敦子

近畿大学病院 心療内科

---

### 10:30～11:30 ラウンドテーブルディスカッション

#### 【グループ B】

座長：芦原 睦(中部労災病院 心療内科)

#### 話題提供 B-1

自律訓練法第1公式指導による血中カテコラミンの変化について

○成島 桂子<sup>1)</sup>、篠崎 貴弘<sup>2)</sup>、小池 一喜<sup>2)</sup>、原 和彦<sup>2)</sup>、平木 文佳<sup>2)</sup>

1)日本大学歯学部附属歯科病院 歯科衛生室、2)日本大学歯学部附属歯科病院 心療歯科

## 話題提供 B-2

### 自律訓練法初心者の脳ネットワークの変化について

○篠崎 貴弘<sup>1)</sup>、成島 桂子<sup>2)</sup>、金井 美保<sup>3)</sup>、小池 一喜<sup>1)</sup>

1) 日本大学歯学部 口腔診断学講座、2) 日本大学歯学部 歯科衛生室、  
3) 日本大学歯学部附属衛生専門学校

## 話題提供 B-3

### 自律訓練法を実施した神経・筋肉系心身症におけるベンゾジアゼピン使用量の縦断的検討

○橋本 和明、竹内 武昭、小山 明子、端詰 勝敬

東邦大学医療センター大森病院 心療内科

10:30～11:30 **ラウンドテーブルディスカッション**

**【グループC】**

座長：松野 俊夫(日本大学)

## 話題提供 C-1

### 内受容感覚とライフスキルからみた集団自律訓練法の効果

○和田 拓真<sup>1)</sup>、雨宮 怜<sup>2)</sup>、坂入 洋右<sup>2)</sup>

1) 筑波大学大学院、2) 筑波大学 体育系

## 話題提供 C-2

### ストレス場面における心理生理的変化の動態と自律訓練法の効果

○加畑 碧<sup>1)2)</sup>、雨宮 怜<sup>3)</sup>、祖母井 佳彦<sup>2)</sup>、磯野 加奈子<sup>2)</sup>、坂入 洋右<sup>3)</sup>

1) 仙台大学、2) 筑波大学大学院、3) 筑波大学

## 話題提供 C-3

### 中学校におけるストレスマネジメント教育のための自律訓練法の導入

○吉武 誠司<sup>1)</sup>、雨宮 怜<sup>2)</sup>、坂入 洋右<sup>2)</sup>

1) 筑波大学大学院人間総合科学研究科 体育学専攻、2) 筑波大学 体育系

[ ミート・ザ・エキスパート  
—あなたの疑問はここで解消— ]

講師：富岡 光直(九州大学)  
笠井 仁(静岡大学)  
杉江 征(筑波大学)  
佐瀬 竜一(常葉大学)  
大平 泰子(富山国際大学)  
松野 俊夫(日本大学)  
江花 昭一(神奈川大学)  
小池 一喜(日本大学)  
堀田 亮(岐阜大学)

12:50～13:30 **評議員会**

---

14:00～14:50 **総会**

---

14:55～15:55 **大会企画**

---

座長：久保 千春(九州大学)

[ 時空を紡ぐ：ATの過去・現在・未来 ]

**1 揺籃から現在へ —AT：心身健康への脳科学・心理学—**

○石津 宏

名誉会員、本学会設立発起人、  
元理事(倫理・教育研修委員長、資格試験・認定委員長、JMI記念賞選考委員長など歴任)、  
第5回大会(広島)会長・第15回大会(沖縄)会長、琉球大学名誉教授(精神衛生学・心身医学)

**2 現在から未来へ —SDGsの達成から考えるATのあり方—**

○中塚 健太郎

徳島大学 大学院社会産業理工学研究部

[ 多領域・多職種を紡ぐこれからの AT  
～エビデンスが拓く新たな可能性～ ]

【心理・教育・相談】

**S-1** 高等教育機関での自律訓練法の展開

○堀田 亮

岐阜大学 保健管理センター

【医療・保健】

**S-2** 機能的消化管障害における自律訓練法

○佐藤 研、佐竹 立、櫻庭 美耶子、福田 眞作

弘前大学大学院医学研究科 消化器血液内科

【産 業】

**S-3** スキンケア領域における自律訓練の有用性について

○酒井 進吾<sup>1)</sup>、井上 真由美<sup>1)</sup>、村上 泉子<sup>1)</sup>、稲垣 和希<sup>2)</sup>、雨宮 怜<sup>2)</sup>、  
坂入 洋右<sup>2)</sup>

1) 花王株式会社 スキンケア研究所

2) 筑波大学 人間総合科学研究科 体育科学系

【司 法】

**S-4** 司法領域（矯正施設）における自律訓練法の意義と課題

○北守 茂

帯広少年院医務課診療所

指定討論：大平 泰子（富山国際大学）

[ プラクティショナーズ・カンファレンス  
— 自己記録の効果的な活用法 — ]

講師：佐瀬 竜一（常葉大学）  
堀田 亮（岐阜大学）  
杉江 征（筑波大学）  
大平 泰子（富山国際大学）  
松野 俊夫（日本大学）  
江花 昭一（神奈川大学）  
小池 一喜（日本大学）  
笠井 仁（静岡大学）  
富岡 光直（九州大学）

自律訓練法の指導に実際に携わっている方々を対象に、訓練記録の内容と活用法についての動画を準備します。当日はオンラインで、指導上の疑問点の解消のためのQ & Aの時間も準備しています。ふるってご参加ください。

[ ミート・ザ・エキスパート  
— あなたの疑問はここで解消 — ]

講師：富岡 光直（九州大学）  
笠井 仁（静岡大学）  
杉江 征（筑波大学）  
佐瀬 竜一（常葉大学）  
大平 泰子（富山国際大学）  
松野 俊夫（日本大学）  
江花 昭一（神奈川大学）  
小池 一喜（日本大学）  
堀田 亮（岐阜大学）

はじめての方や初心者の方を対象として、自律訓練法についての動画を準備します。内容は、自律訓練法の歴史や効果、練習方法の解説・ポイント、今後の研鑽方法などです。当日はオンラインで、Q&Aなど自律訓練法のエキスパートの方々と話す時間を持ちます。普段はなかなか聞きにくい疑問も、専門家と話せる機会としたいと思います。お気軽に、ぜひご参加ください。