

第49回 精神保健福祉岐阜県大会

こころの健康フェスティバル

【テーマ】 かなでよう、心の音を

【期 日】 平成22年
11月8日 月

【場 所】 県民文化ホール未来会館
岐阜市学園町3-42

【同時開催】
こころの芸術展・バザー（展示室）
精神科病院・精神障がい者・小規模作業所等による作品展、バザー
※バザーの売り上げは、施設および家族会への寄附金となります。

主催／岐阜県・岐阜県精神保健福祉協会
後援／岐阜市

問合せ先／岐阜県精神保健福祉協会（岐阜県精神保健福祉センター内）〒500-8385 岐阜市下奈良2-2-1 TEL 058-273-5720

10:00／式 典
10:40／特別講演
講師／井波 ゆき子
演題／自分も大切な人も“うつ”から守るメンタルヘルス
12:00／休 憩
13:30／特別公演
ミュージックベル奏者／デュオアンダンテ
音楽で“頭・心・体”を健康に
15:00／閉 会

○お帰りの際、アンケート用紙と引き換えに粗品をプレゼント!



自分も大切な人も“うつ”から守るメンタルヘルス



産業カウンセラー・心理カウンセラー・タレント・俳優

井波 ゆき子 いなみ ゆきこ

豊かなのに貧しい現代社会、大切なのは心と体、ストレス対策や、新型うつ、アルコール依存症など、そして今注目の認知行動療法のしくみなど学びましょう。

うつ病は、心の疲労骨折とも言われ、政治家でも芸能人でも、誰でもかかる可能性のある病気です。

良い人間関係を心がけ、見えない心に気づきましょう。

女優、リポーターとしてTV界で長く活躍。そのキャリアと共に心理カウンセラー、産業カウンセラーの資格を取得。さまざまな心の問題を解りやすく話し、若者から高齢者までのライフステージに合わせたコミュニケーションカUPの指導、うつ予防などのメンタルヘルスなどの分野で講演する。

■職歴・経歴

メーカー企業勤務後、ミス鎌倉に選ばれる。その後、芸能界デビューし、NHK教育TVのお姉さん、ラジオドラマやDJとして活躍。人気ドラマ(時間ですよ、帰っ

てきたウルトラマン、ママたちが戦争をはじめた等)に出演。情報番組では(竹村健一世相相談)レギュラーアシスタント、モーニングショー(ルックルックこんにちは)では22年間リポーターとしてお茶の間に親しまれる。

■活動歴

その後、日本カウンセリングカレッジ認定心理カウンセラー、日本産業カウンセラー協会認定産業カウンセラーの資格を取得。筑波大学名誉教授内村喜久雄氏に師事し、現在認知行動療法を学ぶ。

帝京大学特別講師。

音楽で“頭・心・体”を健康に



日本を代表するミュージックベル奏者

デュオアンダンテ

音楽を通して「いきいき音楽のある暮らし」「音楽で“頭・心・体”を健康に」「あなたに音楽の花束を」等をテーマに、心とからだをリフレッシュする参加型のイベント講演会が好評。また、「朗読と音楽の花束～心への贈り物」と題した読み聞かせや朗読会等を展開し好評を得ている姉妹デュオ。

■経歴・活動歴

2003年度第15回ミュージックベルコンテスト第3位、つづく、2004年度・2005年度・2007年度と、全て第1位の栄冠を獲得。その豊かな表現力は、ベルの持つ可能性をどこまでも掘り出し、聞く人の心を魅了している。

また、本の読み聞かせや朗読なども手がけ、『シンデレラ』『となりのトトロ』など、親しみやすい作品で、小さなお子様から高齢者までの幅広い世代に、豊かであたたかいメッセージを届ける。公演では、ハンドベルの演奏体験や、朗読・読み聞かせのみならず、日常の話し言葉がレベルアップし、きれいな話し言葉のためのプロの「発声法」レッスンが盛り込まれ、楽しくて為になると好評。

■佐藤 純子

私立上野学園大学器楽学科ピアノ専門卒業。国立音大名誉教授・属澄江氏に師事。ピアノ教室をする一方、中条きよしのコーラスや、各種イベント司会やピアノ奏者として活躍する。いきいき大学講師。また、朗読教室の指導も手がける。

■上野 深雪

私立武蔵野音楽大学ピアノ科卒業。国立音大名誉教授・属澄江氏、武蔵野音大名誉教授・佐藤マサキ氏に師事。ピアノ講師の傍ら、(株)ミュージッククリエイションに所属し、日テレ「歌ワイド90分」などにレギュラー出演する。その他、中条きよし、小林旭などの専属コーラスや、ホテルでのピアノ演奏などで活躍中。