

プログラム04 【講演】孤独、ひきこもりおよび自殺防止へ

図のような仕組みで、講演

A) どのような人に聴いていただきたいか

うつ病にならない、なっても自殺されないために、

自分が、そして家族が自殺されないために
ひきこもり、8050問題の解決へ内面の心のくふう
学校、教育の関係者、生徒・学生に自殺されないために
経営者・管理者なら、部下、メンバーに自殺されないために
病院関係者なら、スタッフ、入院患者に自殺されないために

差別のない、すべての人の根底の平等の哲学をヒントにして、差別解消への対策を
考えたいために（男女平等、差別解消）

B) 講演の準備

団体のご担当と当方とで打ち合わせ（メール、電話、zoom）

対面の場合

ご担当：会場の手配、メンバーへの通知など
当方：当日会場へ、そして講演

オンラインの場合

ご担当：メンバーに聴く方法を通知

当方：zoomのIDとパスワードの通知（ご担当へ、またはメンバーへ）
当日、オンラインで講演

C) 内容

団体様の希望により、説明の重点をおくところを変えます。
担当の方と打ち合わせて決めます。

a) うつ病、自殺のことが理解されていない

愛する家族がいるのになぜ？
死なないでと約束しても、なぜ？
薬物療法を受けているのに、なぜ？
過労から、なぜ？
いじめがみつかっていじめが止まっても、なぜ？
いじめから逃げて自宅にいるのに、なぜ？

いじめが起きた時、調査してもいじめがないと報告書、裁判となりあとでいじめがあつたと、報告、なぜ？

b) なぜ、うつ病になるか？

治療法は薬物療法がある

薬物療法を受けても、自殺するひとがいるのは、なぜ？

c) マインドフルネス SIMT での改善支援

SIMT でも改善するのは、なぜ？

d) すべての人の根源の哲学（西田哲学）＝目標 5（ジェンダー平等）の場合

D) どうしたらよいか。

E) うつ病・自殺が起こる領域

過労、ハラスメント、いじめ、ひきこもり、8050問題、学業や仕事の失敗、がんや難病の告知、がん闘病中（入院・在宅療養）、産前産後、休退職、定年、家族不和、孤独孤立、女性差別、等

薬物療法を受けているのに治らない（うつ病、非定型うつ病、PTSD、パニック症、過食症など）

