

H24,6,24 第22回

## 「新型うつ」から見る現代と「禅」

復職率80%の産業医が語る今と「禅」から学ぶ悩みの正体。

最近「現代型うつ」とも呼ばれる新しいタイプのうつが注目されている。若者に多いとされるこの心の病は、従来型のうつ病と同様の症状だが、職場を離れると気分が回復し趣味や旅行などではでき、うつになった原因を自分ではなく職場や他人にあると考える性格が見られるという。病としての評価も定まらず従来の抗うつ薬が効きにくいいため、学会でも対応策を模索し始めている。またこうした社員を抱える企業は65%に上り(NHK調査)、企業の対応に苦慮する現状は深刻だという。

今、何が起きているのだろうか。こうした“ゆがみ”はどこから出てきたのか？従来の社会の価値観に適應させようとする“大人”と、適應できない悩みを抱えた“若者”のギャップなのか。「働く」「幸せ」の価値観が多様化したからなのか。教育や親子関係の環境等も含め、この病の背景は複雑だが、「新型うつ」を入口に今後の日本社会のあり方を考えるきっかけとして取り上げたい。

一方、禅は古来から多くの悩める人々に一貫した方法を説いてきた。心は時代の波に影響は受けるが根本は変わらない。禅による悩みの正体そのものに迫る議論にもご期待いただきたい。企業側、患者側双方にとってはもちろんのこと、もはや他人ごとではない社会全体の行く末を考えるフォーラムに多くの皆様の積極的なご参加をいただきたい。

\*フォーラムの後は、心静かに本格の坐禅を体験する時間もお楽しみください。

\*清水隆司氏 日本メディメンタル研究所所長。産業医として現行20社以上にに関わり、うつになった社員の予防と再発防止、職場復帰に取り組んでいる。患者と企業の双方を知る立場からのきめ細かい指導と共に、企業側へ労働トラブルの和解・仲介をするなど、従来の産業医の枠を越えた活動が注目されている。

【日時】 平成24年6月24日(日) 参加はどこからでも。出入りもOKです。

午後 1:00	受付
午後 1:30~3:30	フォーラム
午後 3:45	坐禅
午後 4:30	参禅(老師との一対一の禅問答、希望者のみ)
午後 5:00	茶話会
午後 5:30	終了

【費用】 2,000円

【場所】 禅フロンティア日本文化研修道場(人間禅擇木道場) 日暮里駅南口徒歩3分

〒110-0001 東京都台東区谷中7-10-10 TEL/FAX:03-3823-7647

【連絡先】 HP zenfrontier.org から問い合わせ願います。お気軽にご質問くださいませ。

代表・笠倉奈都 携帯080-5047-9885、PCアドレス [natsu@kxe.biglobe.ne.jp](mailto:natsu@kxe.biglobe.ne.jp)