

## 第1号議案

# 平成29年度 公益財団法人 いのちの森文化財団 事業報告

(平成29年1月1日～平成29年12月31日)

### 健康社会教育・文化事業（講座・講演・フォーラムの開催）

健康的な社会生活を送る為の講座を開催した。ガン専門病院名誉院長の帯津良一先生、気功の第一人者の中健次郎先生、高野山阿闍梨の宮島基行先生の講座を開催した。

#### 1. いのち学講座 4回

日程:①3月18日～23日／②6月16日～21日／③9月16日～21日／④11月10日～15日

講師:帯津良一先生(帯津三敬病院名誉院長・日本ホリスティック医学協会名誉会長)

ファシリテーター:塩澤みどり(いのちの森文化財団代表理事)

内容:特別講義(①「祈る心治る心」・②「信念は細胞を変え、人生を変える」、③「宇宙のあらゆる存在との一体感について」・④「幸せと自由を手にする鍵」)、車座交流Q&A、気功実技講座、健康養生食のお話、天然温泉入湯、ビデオ学習、他

参加者:各回20名前後

#### 2. 生老病若 養生365日の教えとホメオパシー合宿 1回

日程:8月4日～6日

講師:帯津良一先生(帯津三敬病院名誉院長・日本ホリスティック医学協会名誉会長)

ファシリテーター:塩澤みどり(いのちの森文化財団代表理事)

内容:自然界を薬にした生老病若のホメオパシー勉強会、心と体を強くする養生365日勉強会、樹林気功実技指導、天然温泉入湯、他

参加者:20名

#### 3. 気功合宿 2回

日程:①平成28年12月29日～平成29年1月3日、②7月14日～18日

講師:中健次郎先生(気功第一人者)

内容:練功、講義、夕食交流会

参加者:①約30名、②約60名

#### 4. 心の探求 2回

日程:1月6日～8日、8月25日～27日

講師:宮島基行先生(高野山真言宗阿闍梨・南山流声明第一人者)

内容:人間の悩みの根元を追求しつづけている宮島師の心を解く講座、呼吸法、体感ワーク、精進料理体験

参加者:各回約20名

#### 5. 直観力養成講座 3回

日程:①4月15日～16日「自然に添って生きる1 ～自然のしくみ共生・共存・循環～」

②7月22日～23日「自然に添って生きる2 ～直観、ひらめきのしくみ～」

③11月18日～19日「自然に添って生きる3 ～本物の食材を見極める～」

講師:細金勝治先生(感覚感知学研究者、株式会社とやの健康ビレッジ役員)

内容:自然・直観・閃きのしくみを学び、本物を見極める目を養い、本当の自分に素直に生きる実践を学ぶ講座

参加者:各回約30名

## 6.高齢者の生きがい創造事業

高齢者の生きがい創造する生涯学習事業の計画を実現するため、平成26年度に土地及び建物2棟を取得しており、平成27年度改修工事を行った「森のいずみ」、「森のことり」の2棟では、高齢者の生きがい創造を含め、青少年の育成および生活指導を行うなどのさまざまな生涯学習事業を行い、誰もが迎える終末をいきいきと過ごしていく為、生きる意味、死生観などの学びを深める講座を開催していく方針。その一つとして、養生塾講座を開催した。参加対象は高齢者を中心に高齢者以外の方も参加可能とした。

### ・養生塾 4回

日程:①3月18日～23日 基調講演「全ての臓器は感情的な側面が影響する」

②6月16日～21日 基調講演「感情エネルギーのコントロールの仕方」

③9月16日～21日 基調講演「不調や苦しみの原因を探る」

④11月10日～15日 基調講演「この瞬間にここに在ることを意識する」

講師:帯津良一先生(帯津三敬病院名誉院長、日本ホリスティック医学協会名誉会長)

内容:講演・Q&A・食事の講座・心の持ち方・気功の実習など。

参加者:各回約30名

また、平成33年度事業開始を目指し、基金を募りながら、関係行政機関・関係団体などと折衝を行い、高齢者の生きがい創造のための福祉施設(シェアハウス)の設立の準備を進めた。

## 青少年育成事業(環境保全と里山文化・日本文化の継承、意識教育講座)

### 1.いのちの森青少年育成公開講座

多彩な講師陣による青少年育成講座。医療、音楽、建築、伝統文化、農業、経済、歴史、人間学、哲学、経営、茶道など様々な分野の学びをとおして心の成長を図る講座をこれまで開催してきた。平成29年度は以下の2回を開催した。

1月3日、7月13日 中健次郎 先生(気功家・鍼灸師)

### 2.自然観察会と環境整備 1回(6月12日)

飯綱山登山・戸隠散策 講師 塩澤研一(いのちの森文化財団副代表理事)

信州の美しい自然観察をとおして環境問題を考える体感講座・清掃活動を行った。同時に、信州の歴史と文化を学んだ。

### 3.コケ玉グリーンアートセラピー 随時開催

講師 塩澤みどり(意識教育カウンセラー・ケアリスナー・いのちの森文化財団代表理事)

信州に自生する実生の植物の採集と観察。コケの観察と採集の後、アートセラピーとしてのコケ玉教

室を開催した。29年度は4回実施した。

#### 4.リーダーシップセミナー 随時開催

講師 塩澤みどり（意識教育カウンセラー・ケアリスナー・いのちの森文化財団代表理事）

青少年育成講座の一環としてリーダーシップを養う教育カウンセラーによる実習 青少年育成講座の一環としてリーダーシップを養う実習を毎月実施。

#### 5.東日本大震災支援

東日本大震災支援のため指定寄付金を募り、福島第一原発の事故の被災地である福島県南相馬市の保育園などを中心に、信州飯綱高原の自然農法野菜をお届けし、支援を行った。平成 29 年度支援額 143,000 円

#### 6. 青少年育成基金

近年うつ、ひきこもり、不登校の青少年が増加していますが、経済的事情により社会復帰や自立のための教育を受けることが困難な方が増えてきている。自立・社会復帰を果たしたいという希望のある方々には、できる限り自立できる段階までの教育を受けられるように基金を募集し、青少年育成公開講座や青少年育成・自立支援個別相談事業の費用に充当し、支援を行った。

### 自立支援・社会復帰支援事業

社会的に自立が出来ない青少年に対する支援活動。

#### 1. 青少年育成・自立支援個別相談事業

相談者：塩澤みどり(いのちの森文化財団代表理事・心理教育カウンセラー)他

アドバイザー医師：巽信夫(精神科医師、前信州大学医学部助教授)

対象：不登校、ひきこもり、ニートなどで悩んでいる本人および家族。

相談者は長年、青少年育成に関わってきた経験に基づき、人間関係や日常生活のことなど可能な範囲で情報提供または助言を行い、相談内容に応じては、医療機関や支援機関や専門家を紹介することを通じて、自立支援・社会復帰支援を行った。約 40 名の相談に応じた。

#### 2. 「心の病とやさしい心理学講座」 2回

日程：①3月31日～4月1日、②7月21日～22日

講義テーマ：「心の病にかかった場合にはどうすればよいのか」、「心の病を自覚するには」、「心の病に対する心の持ち方」、「自分の病をなぜ早く発見することが大切なのか」、「心の病にかからない方法は」など

講師：井上弘寿 先生（精神科医師）

塩澤みどり（意識教育カウンセラー・ケアリスナー、いのちの森文化財団代表理事）

内容：講義と Q&A

参加者：各回約 20 名

#### 3.脳と心の勉強会 2回

日程／講義テーマ：①5月20日～21日／「脳と心はどのようなつながりがあるのか」、「ポジティ

ブな考えができるような脳内物質を出すにはどうすればよいか」、「幸せホルモンであるセロトニンを増やすには」、「集中力を高める脳の使い方とは」他

②10月28日～29日／「脳と集中力～集中力を高める脳の使い方～」、「脳と運動～脳を鍛える運動の効果～」、「脳と時間～脳の力を最大限発揮できる時間の使い方～」、「脳と睡眠～脳を休める睡眠のとり方～」、「脳と老化～老化を予防する脳の使い方～」他

講師:久間祥多 先生(脳神経外科医)

内容:講座、Q&A、呼吸法体感ワーク

参加者:各回約 25 名

#### 4.内観セミナー 随時受付

講師 塩澤研一(日本内観学会会員)

深く自分と他者との関係性を追求する内観療法を用いたワークショップ

4泊5日から7泊8日までのコースを設定した。29年度の実施はない。

#### 5.カウンセリング 随時

講師 塩澤みどり(意識教育カウンセラー・ケアリスナー・いのちの森文化財団代表理事)

29年度は、30名の実施。

#### 6.自然農園体験学習と援農ボランティアへの支援活動

(長野市社会福祉協議会主催のサマーチャレンジボランティアへの協力含む)

自然農法をとおしていのちの営みと繋がりを学ぶ実践講座として実施した。のべ10名が参加。

平成29年7月20日～8月25日

指導員 市川侑次郎、小泉友邦、菅野綾人

### 情報提供事業(環境問題を基軸に意識の変容を迫る啓蒙事業)

#### 1.いのちの森通信の発行 年4回 4,500部 A3版4p

2月10日第39号、4月10日第40号、8月5日第41号、11月25日第42号の4回発行した。

執筆 帯津良一(帯津三敬病院名誉院長、日本ホリスティック医学協会名誉会長)、川野泰周(精神科・心療内科医師、臨済宗建長寺派林香寺住職)、細金勝治(感覚感知学研究者)、中健次郎(気功家・鍼灸師)、塩澤研一(公益財団法人いのちの森文化財団 副代表理事)、久間久恵(カウンセラー、NPO法人のびの会理事長)、上永吉耕志(6月養生塾参加者)、下山莉加(看護師)、ジュゴン・クスノキ(ダマヌール在住市民) 他、多数の執筆者による環境に対する提言、心・脳の働きと人間の行動、などを通して「共生」への意識を高める啓蒙事業を行った。

### 会議開催など

#### <評議員会>

定時(第12回)評議員会 日時:平成29年3月4日(土)

場所:アットビジネスセンター 東京駅八重洲通り 602号

<理事会>

第17回理事会 日時:平成 29 年 2 月 12 日(日)

場所:オフィス東京 3 階 B3 会議室

第18回理事会 日時:平成 29 年 3 月 5 日(日)

場所:公益財団法人いのちの森文化財団事務所

第19回理事会 日時:平成 29 年 11 月 11 日(土)

場所:公益財団法人いのちの森文化財団事務所

平成 29 年度「事業報告の附属明細書」について

平成 29 年度事業報告には、「一般社団法人及び一般財団法人に関する法律施行規則」第 34 条第3 項に規定する附属明細書「事業報告の内容を補足する重要な事項」が存在しないので作成しない。