

編集後記

近年、メンタルヘルスに多大な注目が集まっています。学校保健も産業保健も、健康に関わる学会に行くと、メンタル関連の発表で埋め尽くされている感があります。多くの人にメンタルの問題に関心を持っていただけるようになりました。精神医学を専門としている者としては、こうした状況は喜ばしいことではあります。しかしメンタルの問題をメンタル業界の手法で解決していくのは、実はなかなか難しいことなのです。ほとんどのメンタル不調者は、食事と睡眠が乱れています。きちんと食事をとり、睡眠時間を整えるだけでメンタルの調子が戻ることも多いものです。メンタルの問題の改善は、まずは身体の調子を整えることが大切であると考え、今日この頃であります。

さて心身科学紀要13号には6本の論文が集まりました。心と身体の専門家が集まった心身科学部にふさわしい内容になったと思います。今後も多くの方に投稿していただき充実した紀要にしてきたいと考えています。(T. T)

平成29年12月1日 印刷 (非売品)
平成29年12月10日 発行

愛知学院大学論叢 **心身科学部紀要** (第13号)

編集責任者 西 田 保

発行者 愛知学院大学心身科学会

〒470-0195

愛知県日進市岩崎町阿良池12

電話 0561(73)1111 内線3305

印刷所 (株)あるむ

〒460-0012

愛知県名古屋市中区千代田3-1-12

電話 052(332)0861