

# GRACEプログラム 2022

オンライン

## ～ハリファックス老師の動画と共に、 GRACEの全てを体感できる研修会～

2015年より継続していたGRACE研修会ですが、コロナ禍で中止となっておりました。今年度はオンライン開催とし、GRACEの全てを体感して頂きます。また、ジョアン・ハリファックス老師のオンライン動画(15本:字幕付き)を参加した皆様に配布し、予習・復習が容易となりました。

オンライン動画を効果的に活用するためにも、研修会で実際にワークに参加して頂き、体験して頂くことが重要と考えております。今回は、二日間参加できる方を募集いたします。是非、この機会にご参加ください。

### GRACE

- ① **G**: Gathering attention and Grounding  
注意を集め、地に足をつける。
- ② **R**: Recalling intention  
意図を思い起こす。
- ③ **A**: Attuning to self then others  
自分と相手に意識を合わせる。
- ④ **C**: Considering what will serve  
何か役に立つか考える。
- ⑤ **E**: Engaging and Ending  
関与し終了させる。

### 日時・会場

2022年 7月24日(日)・31日(日) (2日間)

Zoomによる  
オンラインライブ

※接続不良などで視聴できなかった方は  
後ほど記録したものの視聴も可能です。

Day-1 7/24(日) 13時～18時

**G** 注意を集め、地に足をつける体験(瞑想とボディワーク)  
**GRA** の講義とグループワーク

※オンライン用プログラム(動画15本)で復習が可能です。

Day-2 7/31(日) 13時～18時

**G** 注意を集め、地に足をつける体験  
**CE** の講義とグループワーク

### 対象

医療関係者・介護・教員・心理職・対人援助職  
コロナ時代に人を支える仕事に携わる方や、  
人を支えたいと思っている方 **二日とも参加できる方**

### 定員・参加費

定員 60名 参加費 15,000円

**オンライン講座動画15本付き**  
(字幕有、ワークブック等)

#### 【研修会講師】

- ・高宮 有介(日本GRACE研究会代表 昭和大学医学部 医学教育学講座教授)
- ・栗原 幸江(東京都立駒込病院緩和ケア科/認定NPO法人マギーズ東京心理療士 上智大学グリーンケア研究所特任教授)
- ・藤野 正寛(NTT コミュニケーション科学基礎研究所 リサーチスペシャリスト)
- ・藤田 一照(曹洞宗 僧侶)
- ・中野 民夫(東京工業大学リベラルアーツ研究教育院教授)
- ・齊藤 素子(福井赤十字病院 外科/Yoga&Wellness Chandra 主宰・ヨガ講師)
- ・朴 順 禮(慶應義塾大学看護医療学部 専任講師)
- ・笹良 剛史(友愛会豊見城中央病院 全人的痛みセンター)
- ・佐藤 寧子(慶應義塾大学 SFC研究所)
- ・山下 公子(一般社団法人 Foster Compassion.lab 代表理事)
- ・鈴木 梢(東京都立駒込病院 緩和ケア科)

【事務局】川畑 のぶこ、戸田 美紀

#### 【オンライン講座講師】



- ・ジョアン・ハリファックス老師
- ・シンダ・ラシュトン教授
- ・アントニー・バック教授

参加申し込みはこちら→ <https://grace2022-2day.peatix.com>  
問い合わせ先: [gracejapan0730@gmail.com](mailto:gracejapan0730@gmail.com)

