

日本ストレスマネジメント学会

Japan Society of Stress Management

News Letter No. 4

巻頭言

竹中晃二 学会常任理事（早稲田大学）



私たちには、ストレスのない人生など考えられません。ストレスは、誰もが経験し、いわば人生に待ち受ける罠です。突然、罠にかかれば誰もがショックを受けるのは当然です。もし私たちが事前に罠

のありかや形状を知っておれば対処法も身につけておくことができます。あるいは、不幸にも罠にかかったとしても、パニックを起こさないで罠をはずす思案を行ったり、人の助けを待つこともできるのです。ストレスマネジメントは、ストレスそのものの知識を身につけることでもあり、ストレスを避ける術、こなす術を練習するものです。また、日頃からストレスを貯め込まないで、その影響を分散させる術も範疇に入ります。このように考えれば、従来行われてきたストレスマネジメントの技法や研究は、すべてがそれぞれに価値があり、それらを認めた上で、今度は適用の場や状況、対象者に応じて何を選択していくのかという議論に移っていったいはずです。しかし、現在我が国で行われているストレスマネジメントは、その内容、行う場、教える人、教え方に至るまで、種類は千差万別であり、そのため、人によってストレスマネジメントのとらえ方も大きく変わっています。「いまこそ、研究分野や縄張りの壁を取り払い、お互いを認め合いながら、誰のためのストレスマネジメントかを考える時に

来ていると思います。」

日本ストレスマネジメント学会は、壁がない学会です。さらに、本学会がアカデミックな関心を売り物にする他の学会と大きく異なっているところは、ストレスマネジメントが研究と実践の相互関係で成り立っていることを強く意識しているところです。この理念のもとに、学会は、現場の実践者をサポートする役割を担うことが設立当初から義務として掲げてきました。また、現場の実践者が多数会員となっていっしょなこともこの義務の遂行を後押ししています。本学会は、今後も、人のストレス対処に関わって理論的にも実践においても効果が裏打ちされたストレスマネジメント・プログラムの開発や普及を行い、「研究と実践」の架け橋になるような道筋を立てていかなばなりません。

本学会の存在意義をさらに高めるためには、今後行うべきいくつかのチャレンジが存在します。このチャレンジは、ストレスマネジメントの将来像にも関係することかもしれません。それらの一つは、普及の場を広げることです。本学会は、学校を中心にして発展してきたストレスマネジメント教育の実践がもとになっていますが、この教育という考え方を様々な人たち、また場に適用する努力が求められます。たとえば、EAP (Employee Assistance Program) と連動させながら行う職域への普及、多大なストレスを伴う医療サービス従事者・福祉サービス従事者への普及、災害や危機発生時・以後の介入、あるいは発生前にあらかじめ行える「備え」としてのストレス関連情報の提供などです。これらの対象者や場に適合するプログラムの開発は重要ですが、実践のための入口、すなわちストレスマネジメントを広く行き渡らせるための風土づく

りから、出口、すなわち評価法までも考えた一連の取り組みが必要となります。また、内容においても、実践の質を高める努力も必要です。たとえば、単にストレスマネジメントを「教える」ということから、日常生活で習慣的に「使う」ということを目標とする教授法の開発や数ヶ月単位で行えるカリキュラムの標準化などです。

さて最後に、現在、対外的に本学会の知名度を高めるために、いくつかの努力を行っていることを会員の皆様にお伝えしておきます。その1つは、日本心理医療諸学会連合(UPM)への加盟であり、本年(2005年)9月3日のUPM理事会で加盟が承認されました。続いて、現在、日本学術会議広報協力学術団体の指定申請の手続きも進めているところです。以上のように、学会が行うべき内容の充実と対外的な働きかけを行いながら、それぞれの場においてストレスマネジメントの制度化を訴えていくことが本学会の使命と考えます。

今後とも皆様のご協力をお願いする次第です。

第4回神戸大会の参加者

	女性	男性	
大会	137名	63名	計200名
研修会	147名	53名	計200名

研修会内訳

コース	A-1 山田	B-1 竹中	C-1 富永	合計
	57名	67名	75名	199名
コース	A-2 坂上	B-2 高田	C-2 小澤	合計
	66名	54名	80名	200名
コース	A-3 松木	B-3 山中	C-3 土居	合計
	84名	55名	61名	200名

【会長講演】

「ストレスマネジメント研究・実践の最新動向」

山中 寛 先生 (鹿児島大学)

本学会は、ストレスマネジメントの基礎研究と実践研究の促進を目的としており、様々な立場の研究者や実践家が参加している。そのため、依拠する理論的立



場や活動領域も異なり、ストレスマネジメント研究や実践研究を展望する際の興味関心にも微妙な違いがある。そこで、最近の動向と今後の展望について、PsycINFOをデ

ータベースとして検討してみたい。

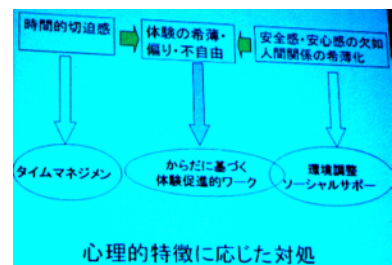
研究の動向

過去10年間に発行された「書籍またはその一部」「雑誌論文」の中に、“stress management”という用語が用いられている研究は、1,111件であり、具体的な介入の結果を記載した論文は357件であった。357件の内訳は次のとおりである。

目的は、患者のストレスケアとQOLの向上が162件(45.4%)、健常者のストレス予防が94件(26.3%)、ストレスケアが62件(17.4%)であった。10年前と比較すると、健常者の予防に関する研究が増加していることがわかる。適用技法は、行動的技法148件(36.3%)、認知行動療法62件(15.2%)、パッケージ技法62件(15.2%)であった。一番多かった行動的技法は、リラクゼーション26件(17.6%)、漸進的弛緩法15件(10.1%)、バイオフィードバック法15件(10.1%)と続き、瞑想法、イメージ療法、ヨガ、自律訓練法、催眠なども適用されていた。実施場所は、臨床場面175件(49.0%)、職場48件(13.4%)、学校44件(12.3%)、スポーツ場面13件(3.6%)であった。

実践の動向

スポーツ領域では、競技選手のストレスマネジメントとして、“メンタルトレーニング”の中



で取り扱われることが多い。教育領域では、小・中学校において予防を重視したストレスマネジメント教育が展開され、多くの成果を挙げている。産業領域では、EAP (Employee Assistance Program) と呼ばれる従業員支援プログラムが普及してきている。医療・福祉領域では、患者や対人援助職のストレスマネジメント

が重視されてきたが、今後は家族も含め、ケアする人のための社会システムや文化を構築する実践活動の展開が期待される。

今後の展望

ストレスマネジメントとは“生活の営み”に他ならない。この観点に立ち、生活により密着した基礎・実践研究に取り組むことによって、本学会は国民の安寧に貢献することができる。

(要旨：藤原 忠雄)

【特別講演】

「災害とストレスマネジメント」

槇島 敏治先生 (日赤医療センター)



“赤十字は苦痛と死に対して戦う”とジャン・ピクテ氏が「赤十字の諸原則」の中で述べている。苦痛とは体の苦痛だけではなく心の苦痛をも意味する。赤十字の心のケアはこ

うした心の苦しみをもつ人々のためのものである。

日本赤十字社(日赤)のこころのケアは昭和57年の「災害時の精神異常者への対応」の検討に始まる。昭和60年の御巣鷹山の日航機事故での遺体処理や、平成6年のルワンダ難民の救援に従事した日赤の職員の中に、いまだに感情が処理できずにいる者や、悲惨な状況下での過酷な救援活動で燃え尽き症候群になった者も多く、災害時には被災者だけでなく、援助者にも心の問題が生じることがわかってきた。



平成7年の阪神・淡路大震災での8千名を超えるアンケート調査の結果と、平成8年の幾つかの国際機関の視察を基に、日本に適した連盟の心理的支援(こころのケア)の導入を決定した。

平成12年の有珠山の噴火災害では、日赤として

初めての組織的なこころのケア・プログラムを計画、実施した。そして、平成15年、日赤はこころのケアを災害救護事業の柱として位置づけ、“災害時のこころのケア”を発行するとともに、連盟協力を得て日赤病院の看護師や医師、職員を対象に研修会を開催してこころのケアの指導者を120名養成した。現在、この指導者が全国の支部・病院で救護班要員やボランティアの指導を行なっている。

日赤の心理的支援は被災者のこころのケアと救護者のストレス管理から構成されており、訓練を受けた



救護班員やボランティアがすべての被災者に対してストレスの緩和のお手伝いをするものである。しかし、災

害時のこころのケアは日赤の職員やボランティアだけでできるものではなく、地域の保健所や精神保健機関との協力が不可欠である。

平成16年10月23日に発生した新潟中越地震では小千谷市と長岡市の長岡日赤病院にこころのケアセンターを設置し、63名のこころのケア指導者と看護師94名からなる計137名のこころのケア担当者を派遣した。避難所や地域を巡回して、4週間で3,480件の被災者に対してこころのケアを行った。

(要旨：藤原 忠雄)

【ミニ・シンポジウム】

「ミニ・シンポジウムをコーディネートして」

奥村 晃久 (鹿児島生協病院)

学会終了後2週間、恒例によって医局の学会報告掲示板に今回のミニ・シンポジウムの様子を報告し、呼吸器科や糖尿病担当医にも資料を読んでもらいました。ストレス・マネジメント(以下、スト・マネ)は集学的、かつ実践的で院内の他の関係者にも注目され、幾つかの質問も受け、当院の医療活動でも重要な課題であると思いました。

5月初め、山中 寛会長から”医療分野でも発展させたいので今後2-3年、スト・マネの先進的取り

組みを紹介し、論議するシンポジウムを予定しているのでコーディネーター役を引き受けて欲しい”と依頼されました。私は、「NPO 法人健康づくりフォーラム」で地域の自治体と協力して「心」を重視した健康運動教室を続けていますが、心理(精神科)分野での専門家ではないので躊躇しました。しかし、これまで医学・医療とその現場では、患者さんの人権や「心」に対して無神経であり、人命優先だけのセントラル・ドグマに支配されてきました。しかし、「インフォームドコンセント」や「セカンドオピニオン」、患者さんの意思尊重の「リビングウイール」、院所運営面でも「医療オンブズマン」の関与などのように患者・障害者運動と共に、国民の自主性の高まりに伴って病院運営参加なども広がっています。今後、医療人の「心の問題」は、重要な現代的課題であり、私も勉強したいと思ひ引き受けました。

今回は、医療分野では最初の取り組みであり、学会参加の多くは医療関係以外の人が多いので、4つの視点(日本社会の現状認識 医療・福祉・介護、医療保険と社会保障の現状と行方 国民や患者さんの現状

医療従事者の現状)を前置きに解説しました。不況と大重税で国民の生活・雇用と経営が悪化し、ストレスも増大し鬱病や自殺も急増(34,000人以上/年、世界最高)しています。医療・福祉・介護分野でも国や自治体では、財政対策と効率優先の施策で終始し、患者受益者負担が急増し受診も大変困難になっています。このような状態に対して政治は内向き(国民擁護)、経済は外向きで「政経分離」であるべきで、21世紀は「持続可能な社会形成、地域へのボランティア的貢献」がキーワードであることを提起しました。シンポジウムのテーマは「患者さんへのスト・マネの取り組み」で、3つの報告でした。(今村病院分院、鎌田哲郎医師):糖尿病外来で待合時間を利用し、看護師さんが「糖尿病の20の質問票」の聞き取りをして、患者さんの要望や悩み解決に役立てて治療効果を上げています。(大阪人間科学大学、百々尚美先生):難病患者さんに対して地元保健所の保健師と心理士の協同で定期的にスト・マネ教室を開いて精神的支援とリラクゼーション・スキルを学んでいます。(県立広島医療福祉大、網島 ひづる先生):進行肺癌患者さんの退院後のセルフケアの支援で不安や抑

うつが軽減し、患者さんの周囲の人への理解が進んでいます。このように「心」を大切にしたい取り組みは先進的ですが、これからは次第に全国に広がっていくと思います。しかし、今後の課題として

医師をはじめとした医療従事者との日常的な協力関係と患者さんの把握

「根拠に基づく」評価を定期的にしながら取り組む評価は、集団的な統計(デジタル)分析だけでなく、個々の人と「心」を大事にした具体的(アナログ)なものも必要

また、取り組むスタッフ自身も第三者的立場でなく、喜びや悲しみを共にする「心」をもつことや、シンポジウムと同時も発表前後の論議を通して学びあうことも大事だと思います。



【学会企画シンポジウム】

「災害後の心のケアのあり方を考える」

話題提供して

吉澤 美弥子 (至誠会 長岡保養園)

阪神淡路大震災から10年。中越地震発生後じきに「心のケア」という言葉があちこちで聞かれ、かえって地元は混乱する事態もあった。地元の臨床心理を糧とする者の「義務と責任」を痛切に感じながらも、実際どのように動いたらよいか身動きがとれないでいたところ、富永、小澤、高橋3先生が新潟県臨床心理士会の緊急研修会のために来越され、現地ボランティア活動についても実践的な助言を下された。いったん立ち上がった県士会の現地活動は中止となったが、長岡臨床動作法研究会を母体とした有志ボランティアチームを立ち上げ、物心両面で多くの先生方から支援を頂き、リーダー3名とメンバー10名で刻々と変化する状況に即ず支援を

心がけ、その都度検討修正しながらとにかく突っ走ってきた。

今回、シンポジウムでの話題提供を機に活動を振り返ることができ、また指定討論の槇島先生、小澤先生はじめフロアの先生方から今後の展望の示唆を頂きエンパワーされた。

また多くの皆様から活動資金にと義援金を頂いたこと、重ねて御礼申し上げます。

「シンポジウムに参加して」

丸山 陽子（エルベ臨床心理研究センター）

初めて参加した。シンポジウムや発表では、質問票を使った効果測定や尺度の開発に関する報告が多かった。私は育児支援の一環として幼稚園児を持つお母さんにストレスマネジメントの体験講座を開いている。本人に効果を知ってもらうために短時間でできるストレスチェック票は使っている。それを見ると、講座後の値は下がり、眉間にしわを寄せ肩をすくめていたお母さん方の肩が下がりニコニコして帰ったり、チェック票の感想から「まあ、効果はあるのだろう」と思っていたが、本来は育児支援用の質問票を開発しなくてはいけないのだと感じた。研修に参加して災害後などに心の手当での必要な児童・生徒のスクリーニングとしての調査票の重要性も知った。新潟中越地震のシンポでも支援後の調査が話題になった。研究の成果を表すことは必要だが、一人の生徒が4回も調査を受けたとも聞く。あまりに多い調査は調査を受ける人たちの負担になりかねない。被災者支援は「被災者のためのもの」という原点を忘れてはならない。



「ミニシンポ3を終えて」

松木 繁（松木心理学研究所）

「教育・福祉におけるストレスマネジメント」をテーマとしたミニシンポ3では、学校現場で、より効果的にストレスマネジメント・プログラムを実



践していくためには、どのような工夫が必要なのか、また、新たなプ

ログラム開発にはどのような視点が必要とされているのかを3人のシンポジストからの話題提供をもとに考えてみた。

京都市立常磐野小学校養護教諭の八木利津子先生から、小学校現場でのストレスマネジメント教育の効果測定に関して、発達段階に応じた evidence の捉え方という視点から、また、茨木市立南中学校教諭の坪田泉先生からは、3年間にわたるストレスマネジメント・プログラムの実践について短期プログラムとの比較検討を通して、さらに、京都教育大学心理教育相談室の岩瀬佳代子先生と山下美和子先生からは、特化した領域でのストレスマネジメント・プログラムの展開のひとつとして、“怒りのコントロール”に関する実践研究を、各々に話題提供をして頂いた。

それぞれに現場での必要に迫られての実践であったため、学校現場における今後のストレスマネジメント教育のあり方を考えていくにあたっての重要な示唆を与える興味深い内容の発表であった。

指定討論「災害後の心のケアのあり方を考える」

槇島 敏治（日赤医療センター）

吉澤さんの動作法をもちいたボランティア活動は身体的なアプローチであるが、そのリラックス効果による心理面で及ぼす効果も大きく、かつ被災者の自発的な参加を基にしておりストレスの自己管理を可能にするものである。また長期的かつ継続的な支援活動であり、急性期の支援を目指す日本赤十字社のこころのケア活動と相補しうる貴重な活動でもある。

被災者に対する支援を行う場合には、その活動を終了する仕方、すなわち出口戦略を含めて活動計画を立てるべきで、特に長期的な支援では活動を継続

する体力も考慮しなければならず、状況の変化に対応する柔軟性も要求される。

災害時に心のケアを提供するために被災地に入る場合には、災害救護の訓練や研修をあらかじめ受けておく必要があり、特に心理の専門家は被災地の過酷な状況や支援活動からくるストレスの自己管理法について知っていなければならない。

「奨励研究優秀賞を受賞して」

宮下 啓子（河内長野市立東中学校）

本学会の第4回学術大会において、「ストレスマネジメント教育による暴力防止プログラムの開発」（発表者：宮下啓子、富永良喜）というテーマでポスター発表を致しましたところ、奨励研究優秀賞をいただきました。自身としては、不十分なところや課題を多く抱えた研究だと自覚していましたので、思いもよらぬ受賞となりました。評価していただいた先生方には、感謝を申し上げたいと思います。同時に、それら課題も含め、「今後もこの研究を続けていくこと」を宿題として出していただいたと理解し、気持も新たにしているところです。

本研究は、この3月まで在籍していました、兵庫教育大学大学院において修士論文研究として行ったものです。暴力をめぐるのは、昨今大きな社会問題にもなっています。学校現場においても、ちょっとしたいざごさから、いわゆる「キレ」で暴力に発展するというようなことが、少なくありません。それに対して事後指導や処理は行われますが、暴力についての予防教育等はあまり行われていません。これらの実態や、私自身さまざまな暴力被害に遭われた方々との出会いを経験し、暴力というものについて、正しく知ることから始める必要があるのでは・・・というところからこの研究は始まりました。



は・・・というところからこの研究は始まりました。

実際ポスター発表の時には、さまざまなフィールドの方から声をかけていただいたり、質問

を受けたりしました。その中で「とても大事な視点だと思います」「私自身も悩んでいます」という声を多く聞きました。研究の内容や善し悪しはともかく、今自分が持っている視点や進もうとしているところには、大きな間違いはないのだということを確信できた、今回の受賞でした。幸運にも、以前プログラムを実施させていただいたところで、今年もプログラムを実施します。この学会で、出会った方々とも今後交流を持ちながら、研究を進めていければと考えています。

最後になりましたが、本研究大会を実施するにあたり、大会事務局の皆さまには本当にお疲れさまでした。ありがとうございました。

「学会に参加して」

香田 順子（高槻市立丸橋小学校）

兵庫の皆様お疲れ様でした。今回は「危機を生かすストレスマネジメント」という大会テーマに相応しく、貴重なお話を沢山聞かせて頂き、大変勉強になりました。

なかでも榎島敏治先生の特別講演での日本赤十字社が心のケア指導者を平成15年には、すでに120名も養成したお話は、初めて知りました。危機場面がますます増加し、心のケア指導者を必要とする情勢は、増えてほしくないのですが、危機場面にいつでも冷静に対応できるシステムは、本当にもっと必要だと思います。

2日目の研修会では小澤康司先生に世界中の危機場面に遭遇した子どもたちやその家族を対象としたストレスマネジメントの技法を実際にご指導して頂いたのでよくなりました。そして現在、私たちがおこなっているストレスマネジメント教育が十分に使えるし、自信を持って広げていってもよいと言う確信を持って、良かったと思いました。

「学会に参加して」

山里 潤弥（熊本県 湯出光明童園）

日本ストレスマネジメント学会第4回学術大会において、私は始めてポスター発表をさせていただく機会を得ることができましたが、学会へのこのような参加の仕方は始めてで、何もかもが新鮮な体験

でした。大会の開会を迎えるまでの準備や大会中、懇親会、研修会など学会に参加することで、様々な刺激を得ることができました。特に研修会は充実しており、A・B・C全てのプログラムを受けたいほどでした。また研修会は単なる講義にとどまらず、ワークや実際に体験することを通しての研修となっており、大変勉強になりました。

また、今回の学会に参加することで、新たな出会いがあり、各地で活躍されている先生方や恩師や仲間、先輩と再会することもでき、非常に嬉しく、多くの情報を得ることができ本当に有意義な2日間でした。第4回大会は終わりましたが、今大会で出会えた先生方との出会いはとても貴重なものであり、今後も大切に、多くの先生方との交流を増やしていきたい。

「学会に参加して」

辰巳 朋子 (青少年団体職員、S.C)

今も資料を眺めるとつい見入ってしまいます。自分のしていることは「援助」になっているのだろうか、どんな立場で何に注意すべきだろうか、支援者のストレスマネジメントも確かに...、等とモヤモヤしていたことが、登壇者や講師の方々によって語られていました。モヤモヤが晴れるかもしれないという期待が湧き、密度の濃い時間でした。急性ストレス反応のような高揚感...そうか!? 緊急支援をしてもらう現地機関もこんな感じなのでしょう。

研修の終わった時、とても疲れていましたが、行動変容理論を勉強しようとか、リラクゼーションに今度あの音楽を使ってみようかな、浮き足立っている人には動作法のこれを提案するのも有効だと覚えておこう、そして何より、私のストレスマネジメントを予定しなくちゃ、と確かに思いました。

そして今、ディズニーの音楽を聞きながらこれを書き、仲間との懇親会の予定があります。すごい! 講師の方々、本当にありがとうございます。変化がありました。



「第4回神戸大会に参加して」

米山 恵美子 (桜美林大学)

本年度の神戸大会に参加し、昨年度より行ってきた「小学校教師のストレス反応尺度の開発」の研究について発表を行なった。今回、初めての学会発表であり、抄録原稿やポスターの作成などの準備が大変だったが、無事に終えることができ、今までに無い達成感を味わうことができた。

昨年より約1年間、小学校でのボランティア活動を通して、学校における児童・生徒や教師のストレスに興味を持つようになった。特に、現場の教師の過剰な労働状況を見ることにより、何か教師へのサポートができないかを考えていた。そこで、3年次のゼミ論文では、小学校教師のストレスに関する研究をテーマに行ない、今回、発表させていただいた。

大会での発表前は、学校現場の先生方からどのような反応が返ってくるのか恐かったが、実際の現場の先生方から普段聞くことのできない、多くの貴重なご意見をいただいた。とりわけ、数人の先生方から、開発した尺度を使ってみてほしいと言っていた時には、苦勞が報われた気がした。その後の灘のお酒と神戸の夜景は、最高だった。

大学院への進学を希望している私にとって、今回の発表経験は、今後の研究への励みとなった。このような機会を与えてくださった大会事務局には大変感謝している。また、来年度も新しい研究成果を持って、是非参加したいと考えている。

「学会に参加して」

門野 明子 (大阪市立玉造小学校)

ストレスマネジメント学会第1回から続けて参加しています。毎回、新しい視点からのストレスマネジメントの研究が報告されていて、自分自身にとって励みになっています。私は、小学校現場でストレスマネジメントをしています。最初、見向きもされなかったストレスマネジメントでしたが、最近では、問題行動が起こると、「なんかいい教材ない?」と、尋ねられることや、(本当は予防教育だけどな~) 担任する学年でのストレスマネジメント教育をすんなり取り入れることができるようになってきま

した。『継続は力なり』。継続できるのは、学会の方の研究や研修会で得るものがたくさんあるからだと思います。今大会で得たものも早速、現場で実践してみたいです。最後になりましたが、運営をしていただいた大会事務局の皆様方に感謝申し上げます。

～スタッフの皆さんです～



日本ストレスマネジメント学会
第5回学術大会<京都大会>・研修会の概要ご案内

第5回学術大会<京都大会>概要

テーマ：大会テーマ「“しんどい”に ストレスマネジメント」

日時：2006年7月29日(土)・30日(日)

会場 平安会館

〒602-0912 京都府京都市上京区烏丸通上長者町上ル
(最寄り駅 地下鉄 今出川駅南 400m・丸太町駅北 800m)

プログラム

7月29日(土)	7月30日(日)
10:00 開会セレモニー	9:00 口演発表
10:15 基調講演	11:00 学会研修
13:00 シンポジウム	13:00 学会研修
16:10 ポスターセッション	16:00 終了
17:00 総会	
18:30 懇親会	

今後の予定

- 4月～ 学会・研修会参加申込受付、発表申込受付
- 4月末 発表申込期限、用紙送付期限
- 5月末 プログラム発表抄録原稿送付期限、
- 6月末 大会参加申し込み・参加費払込期限
- 7月初旬全会員にプログラム送付

皆さんの参加をお待ちしています。

編集後記

感想をお寄せいただいた皆様、ご協力ありがとうございました。遅くなりましたが、おかげさまで、第4回のニュースをお送りできました。

簡単な実践報告を始め、学会に対する、感想や要望もお寄せいただければ、さらにニュースが充実したものになります。

皆様のご投稿お待ちしております。

富永・藤原・橋本・石井・村上

**日本ストレスマネジメント学会
第5回学術大会<京都大会>
事務局**

〒573-0112
大阪府枚方市尊延寺5 - 20 - 4
橋本 頼仁

FAX : 072-859-5039

E-mail : jssm2006@yahoo.co.jp

URL : http://jassma.org/