



# 医療者自身の癒し、心のケア

～豪州のセルフケア研修に学ぶ～

【全旅程に通訳同行】



## 募集パンフレット



- 研修期間 : 2016年2月17日(水)～2月24日(水) 8日間  
訪問先 : オーストラリア/メルボルン、ヤラ・バレー  
募集人員 : 20名様(最少催行人員15名様)  
募集締切 : 2015年12月14日(月)  
旅行費用 : 1名様 544,000円(エコノミークラス・2名1室料金)

※上記料金の外に空港施設利用料、現地空港諸税が別途必要です。

- 【同行解説】 昭和大学医学部 専任講師 高宮 有介 先生  
【同行通訳】 昭和大学横浜市北部病院 講師 土屋 静馬 先生

〈お申込み/お問合せ〉

株式会社リバティ・インターナショナル

ツアーコード: 16-002 担当: 藤澤/縄手

TEL: 03-6459-0671 FAX: 03-3436-5808

Email: [info@iiet.co.jp](mailto:info@iiet.co.jp) URL: <http://www.iiet.co.jp>

研修企画: 創立1981年 国際治療教育研究所

受託販売: 創立1976年 株式会社リバティ・インターナショナル

企画実施: 株式会社トラベルプラン(観光庁長官登録旅行業第566号) (社) 日本旅行業協会正会員

## \*高宮有介先生からお誘いの言葉\*

医療者として、患者さん・ご家族の苦悩に向きあい、心のケアに携わることはやりがいを感じますが、一方で自分自身の心の疲弊を招くことがあります。海外では医療者自身が自分を知り、セルフマネジメントをするシステムを早くから取り入れてきました。豪州メルボルンのモナシュ大学でも、医療者向けのプログラムがあり、日常の場から離れたリトリート場を設けています。

今回、モナシュ大学のCraig Hassed先生を講師とし、メルボルン郊外でリトリート合宿を実施いたします。研修場所は、施設内を野生のカンガルーが飛び跳ねる自然豊かなところ。施設内の菜園で採れた野菜と果物のみを使った食事も健康的です。夜は名産のワインを嗜み、アロマセラピーで癒されます。2泊3日のリトリート後は、フィリッパ島のペンギンのパレードを見学に行く予定です。2ヶ所の有名なホスピスの見学も行います。学びと共に、癒しとなる旅をご一緒しませんか。



### 【同行解説】高宮有介先生のプロフィール

1988年より英国ホスピスにて研修。「がん疼痛対策マニュアルの試作と実践」で医学博士を取得。昭和大学病院緩和ケアチーム、昭和大学横浜市北部病院緩和ケア病棟を経て、現在、昭和大学医学部の専任講師として、医療系学生の指導にあたっている。

「大学病院の緩和ケアを考える会」代表世話人、日本緩和医療学会理事、日本ホスピス緩和ケア協会理事を務めるなど日本における緩和ケアの第一人者である。主な著書『がんの痛みを癒す』『臨床緩和ケア』



### 【同行通訳】土屋静馬先生のプロフィール

昭和大学横浜市北部病院・総合内科医師。がん診療、特に緩和ケアの診療・研究・教育に従事している。海外経験が豊富で、2003年には豪州メルボルン・地域緩和ケアプログラムにて研修、2011年に英国オックスフォード・ブルックス大学大学院緩和ケアプログラムを修了、2015年より、医学生への医学教育研究のため、カナダ・マギル大学医学教育センターに所属。

**リトリートとは・・・**仕事や家庭生活などの日常生活から離れた環境のなかでゆっくりとリラクゼーションして過ごし、身体や心の動きのバランスを測り、自然との調和のなかで、心身共にリフレッシュすることです。

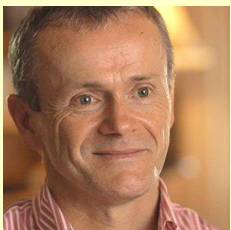


(リトリート研修センター)



“モナシュ大学”は、先進的にマインドフルネスを教育に取り入れ、1989年には医学部の重要なカリキュラムとなりました。Hassed博士はそれ以来、同校で講師を務め、今ではその教育プログラムが経営、IT、エンジニアリング、法科、心理学などに広がられています。

## Craig Hassed (クレイグ・ハセッド)博士のプロフィール



モナシュ大学の一般診療部門で教鞭をとるとともに、同校の学生、職員のために展開されるマインドフルネス・プログラムのコーディネーターを務める。主な研究分野はマインドフルネスに基づくストレス管理、瞑想、健康増進、統合医療、医療倫理などである。定期的に医療関係誌に寄稿するとともに国内外のセミナーで講演することも多く、メディアのコメンテーターとしてもたびたび登場する。

また、Australian Teachers of Meditation Associationの創設時にはその会長の任にあたった。これまでに”The Essence of Health” “Mindfulness for Life”をはじめ、9冊の著作があり、本年後半にはさらに1冊出版される予定である。

「医療者自身の癒し、心のケア～豪州のセルフケア研修に学ぶ～」  
2016年 日程表(予定)

2015/10/9

	月日	都市	現地時間	旅程
1	2月17日 (水)	羽田	19:00 22:00	羽田空港 国際線ターミナル指定場所集合 カンタス航空(QF026便)にて出発、一路シドニーへ  〈機内泊〉
2	2月18日 (木)	シドニー メルボルン	9:35 11:30 13:05  19:00	シドニー国際空港着、入国・通関手続き カンタス航空(QF429便)に乗換え、メルボルンへ メルボルン空港到着、ホテルへ  ウェルカム・パーティー (リトリート研修の講師 Craig Hased先生のご自宅)  〈メルボルン泊〉
3	2月19日 (金)	メルボルン  ヤラ・バレー	午前  15:30	●Calvary Health Care Bethlehem (カルバリー・ヘルスケア・ベツレヘム)視察 「施設見学と在宅ネットワークについて」 視察後、The Gawler Foundation(リトリート研修センター)へ  ●The Gawler Foundation(リトリート研修センター)到着 Hased先生と合流、研修開始  〈リトリート研修センター泊〉
4	2月20日 (土)	ヤラ・バレー	終日	●The Gawler Foundation(リトリート研修センター)にて終日研修 Hased先生による講義とワーク 「医療者自身の心のケア ～ストレスマネジメント、セルフケア～」 「マインドフルネスの基礎と実践」  《オプション》夜は地元名産のワインを堪能、アロマセラピーも体験 〈リトリート研修センター泊〉
5	2月21日 (日)	ヤラ・バレー  メルボルン	午前  14:00  22:00	●The Gawler Foundation(リトリート研修センター)にて半日研修  フィリップ島へ向け出発 夕食後、ペンギンパレード見学  メルボルン到着、ホテルへ  〈メルボルン泊〉
6	2月22日 (月)	メルボルン	午前  午後	自由行動  ●Caritas Christi Hospice(カリタス・クリスティ・ホスピス)視察 「施設見学と在宅ネットワークについて」  〈メルボルン泊〉
7	2月23日 (火)	メルボルン	11:00  16:30 18:30 19:55 21:30	ホテルチェックアウト後、メルボルン市内見学とショッピング (メルボルン博物館、ほか)  メルボルン空港到着 メルボルン空港出発、カンタス航空(QF460便)にてシドニーへ シドニー国際空港到着 シドニー国際空港出発、カンタス航空(QF025便)にて一路羽田へ  〈機内泊〉
8	2月24日 (水)	羽田	5:30	羽田空港到着 入国審査、荷物引取り、到着ロビーにて集合後、解散

\* 予定ホテル: メルボルン/リッジスホテル メルボルンまたは同等クラス、ヤラ・バレー/リトリート研修センター

\* 予定航空会社: カンタス航空(QF)

\* 移動: 空港～ホテル間、視察、観光に必要な移動は全て専用車を使用いたします。

\* 食事: 朝食(5回)、昼食(2回)、夕食(3回) ※機内食は含みません

\* スケジュールや研修内容は航空会社や視察先の事情により変更になる場合がございます。

# 募集要項／旅行条件

## <要約>

### 募集型企画旅行契約

この旅行は株式会社トラベルプラン(観光庁長官登録旅行業第566号)(以下「当社」といいます)が企画および実施する旅行であり、この旅行に参加されるお客様は当社と募集型企画旅行契約(以下「旅行契約」といいます)を締結することになります。  
この書面は旅行契約が成立した場合には旅行業法12条の5により公布する契約書面の一部になります。また旅行条件は下記による他、別途お渡しする旅行条件書(全文)、出発前にお渡しする最終旅行日程表と称する確定書面および当社旅行業約款募集型企画旅行契約の部によります。

- \* **旅行期間** \* 2016年 2月17日(水) ~ 2016年 2月24日(水) 5泊8日
- \* **旅行代金** \* 1名様: 544,000円 (2名1室相部屋、エコノミークラス利用)
- \* **追加費用** \* 1人部屋利用代金: 85,000円
- \* **参加申込金** \* 1名様: 100,000円  
※旅行代金残金ご請求の際、お支払い済みの参加申込金は差し引かれます。
- \* **募集締切** \* 2015年 12月 14日(月)
- \* **募集人数** \* 20名(最少催行人数 15名)  
※参加申込人数が上記の最少催行人数未到達の為、旅行が実施されない場合は  
出発日から起算して23日前までに通知いたします。
  
- \* **参加申込方法** \* 当社又は当社の受託営業所(以下「当社ら」といいます。)所定の参加申込書に必要事項をご記入の上、  
パスポートコピーと一緒にご送付ください(ファックス可)。当社らにて確認後、承諾かどうかご連絡  
いたします。その後、参加申込金のお支払いをお願いいたします。
  
- \* **旅行契約成立** \* 参加申込書確認後、当社らからの承諾が必要になります。承諾通知をした翌日から起算して3日以内  
に参加申込金お支払いをお願いいたします。当社らの承諾通知と参加申込書と参加申込金の受理を  
もって契約成立となります。
  
- \* **支払方法** \* 

みずほ銀行	赤坂支店	普通預金口座	0520632
三菱東京UFJ銀行	赤坂見附支店	普通預金口座	0670522
口座名:	株式会社 リバティ・インターナショナル		
  
- \* **旅行代金に含まれる費用** \*
  - 1 利用運送機関の運賃および料金(国際線エコノミークラス団体割引航空運賃) ※発券手数料含む
  - 2 日程表記載の移動および送迎費用(空港~ホテル間、ホテルまたは視察先~視察先間の専用車、ドライバー)
  - 3 日程表記載のホテル宿泊代金(2名1室相部屋利用)、税金、サービス料
  - 4 日程表記載の食事費用、税金、サービス料 ※機内食は回数に含まれません。
  - 5 手荷物運搬料金 ※原則として航空会社の規定重量、容積、個数の範囲内
  - 6 通訳同行費用
  - 7 添乗員同行費用
  - 8 団体行動にかかわるサービス料およびチップなど
  - 9 現地研修費および訪問先、講師への謝礼金
  
- \* **旅行代金に含まれない費用** \*
  - 1 旅行日程に明示されていない飲食代および税金、チップ、クリーニング代、通信費、その他個人的性質費用
  - 2 旅行日程に明示されている日本国内の空港施設使用料、現地空港税、航空保険料、燃油サーチャージ  
羽田空港施設使用料: 2,670円 現地空港諸税: 11,360円  
※上記は2015年10月7日現在の金額です。航空会社や為替などの事情により変動する可能性がございます。
  - 3 運送機関の課す付加運賃、料金、超過手荷物料金
  - 4 ポーター料
  - 5 日程に含まれない交通費(自宅~空港間の交通費、宿泊費、荷物運搬料など)
  - 6 疾病などに伴う医療費および治療費 ※海外旅行傷害保険ご加入をお勧めしております。
  - 7 1人部屋利用追加代金: 85,000円
  - 8 ビジネスクラス利用追加代金および延泊代金など ※実費に加え追加手配料2,000円が別途必要です。  
※混雑状況により座席確保が出来ない場合もございますのでお早目にお申し込みください。
  - 9 羽田前泊および後泊代金
  - 10 日本国内線手配料金  
※路線や航空会社により料金は異なります。また混雑状況により座席確保が出来ない場合もございます。
  - 11 渡航手続(ETAS申請)代行手数料(3,500円)

- \* **書類送付時期** \* 費用残金請求書: 旅行代金その他別途追加費用を含む残金請求書は旅行開始日の4~3週間前頃  
最終旅行日程表: 利用便名や利用ホテルの詳細が記載された最終旅行日程表は旅行開始日の10~7日前頃  
※募集締切以降に参加申込を承った場合、出発当日のお渡しになる場合がございます。
- \* **取消規定** \* お客様のご都合で旅行契約を解除する場合は、下記の取消料をお支払い願います。  
取消のご連絡は弊社営業時間内に承ります。営業時間外のご連絡は翌営業日の取り扱いとなります。

<取消料>

<旅行開始日 2016年2月17日(水)>

解除時期		金額(1名様につき)
旅行開始日の前日から さかのぼって起算	45日目~31日目 ※ピーク時期に適用	旅行代金の 10% (54,400円)
	30日目~3日目にあたる日まで	旅行代金の 20% (108,800円)
	旅行開始日の前々日、前日	旅行代金の 30% (163,200円)
	旅行開始日当日に解除する場合	旅行代金の 50% (272,000円)
	旅行開始日後の解除または無連絡	旅行代金の 100% (544,000円)
※旅行開始日が次の日程の場合、ピーク時期に該当します。<4月27日~5月6日、7月20日~8月31日、12月20日~1月7日>		

- \* **入国情報** \* 一般旅券をお持ちで日本国籍の方の情報です。一般旅券以外で入国の方、日本国籍以外の方は自国領事館または渡航国領事館にお問い合わせください。

<オーストラリア>

パスポート(旅券)	帰国時まで有効なもの。
ビザ(査証)	観光ETAS(イータス)の登録(3ヶ月以内滞在可能)が必要です。 ※ETASの条件を満たしていない場合は査証申請要。

※各国の出入国情報は予告なく変更する場合がございますので、最新情報については必ず大使館または領事館に直接お問い合わせ願います。

※観光ETAS(イータス)につきまして

オーストラリアに入国される場合、事前に観光ETAS(イータス)の申請が必要です。

オーストラリア政府移民局ホームページ <https://www.eta.immi.gov.au/ETA/etas.jsp?locale=japanese> にてご自身でも申請可能ですが、弊社にて申請代行(3,500円)を承ります。ご希望の方は担当者までお申し付けください。

お申し込み／お問い合わせ

◇受託販売◇

株式会社リバティ・インターナショナル

東京都知事登録旅行業第3-3466号

社団法人日本旅行業協会正会員

〒105-0004 東京都港区新橋6-13-12 木澤ビル4階

TEL: (03) 6459 - 0671

FAX: (03) 3436 - 5808

営業: 09:30 ~ 18:00 (月~金)

※土日祝日は休業しております

ツアー番号: 16-002

担当: 藤澤／縄手

総合旅行業務取扱管理者: 藤井則之

◇企画実施◇

株式会社トラベルプラン 〒104-0031 東京都中央区京橋2-8-5 京橋富士ビル

観光庁長官登録旅行業第566号 社団法人日本旅行業協会正会員

※個人情報の取り扱いにつきまして※

参加申込書にご記入いただきました個人情報(氏名、住所、電話番号、メールアドレスなど)につきまして、当社はお客様との連絡、お申し込みいただきました旅行における交通、運送および宿泊機関などの提供サービスを手配する為に必要な範囲で利用させていただきます。

海外研修名：

医療者自身の癒し、心のケア～豪州のセルフケア研修に学ぶ～

#16-002

## 【参加申込書】

送付先：株式会社リパティ・インターナショナル

〒105-0004 東京都港区新橋6-13-12 木澤ビル4F

E-Mail： info@iiet.co.jp

Tel： (03) 6459 - 0671

Fax： (03) 3436-5808

担当： 藤澤／縄手

記入日 年 月 日

ふりがな		ローマ字表記			
名前		姓			名
生年月日	西暦	年	月	日	性別 (男・女)
	昭和・平成	年	出生地 (都市名)		
自宅	ふりがな				
	住所	〒 —			
	電話		携帯		FAX
勤務先または学校	ふりがな				
	名称				
	英文				
	ふりがな				
	所在地	〒 —			
	職種 役職	和文			
		英文			
電話		FAX			
勤務先へ連絡させていただくことは？ (可・不可)					
Eメールアドレス					
有効なパスポート	番号	発行年月日	年	月	日
		失効年月日	年	月	日
追加手配、その他のご希望について					
ETAS(イータス)申請	・弊社にて申請代行希望 (代行手数料 3,500円)			・ご自身で取得	
1人部屋利用料金	・希望する (追加費用 85,000円)			・希望しない	
相部屋のご希望	・あり (様と)			・なし	
海外旅行傷害保険	・加入を希望する (後日パンフレットを送付します)			・加入を希望しない	
羽田前泊/後泊	・希望する			・希望しない	
国内線手配	・片道/往復 <input type="checkbox"/> 大阪 <input type="checkbox"/> 名古屋 <input type="checkbox"/> 札幌 <input type="checkbox"/> 福岡 <input type="checkbox"/> ( ) ・希望しない				
渡航中の国内 緊急連絡先	氏名			電話	
	住所			続柄	
参加申込金： 100,000円					
リパティ・インターナショナル指定銀行口座への参加申込金入金日および予定日、銀行名、支店名					
<input type="checkbox"/>	入金済み	月	日	銀行	支店から
<input type="checkbox"/>	入金予定日	月	日	銀行	支店から
請求書宛先：					
(ご指定がない場合は、参加者様の個人名にて請求書を発行させていただきます。)					

この視察研修をお知りになったのは？

- 紹介 ( ) 様から
  ダイレクトメール
  広告
  弊社ホームページ
  その他 ( )

# 医療者自身の癒し、心のケア～豪州のセルフケア研修に学ぶ～

## お問い合わせ

年 月 日

名前： \_\_\_\_\_ 様

この度は『医療者自身の癒し、心のケア～豪州のセルフケア研修に学ぶ～』に参加お申し込み賜りまして誠にありがとうございます。皆様に下記についてご要望をお伺いいたします。当てはまる項目に○、および必要事項をご記入ください。※追加手配はご依頼いただいてからの手配となります。まずはお問い合わせください。

### 1.国内線（JAL 利用）乗り継ぎについて

#### 追加手配（要・不要）

大阪／名古屋・・・片道 13,000 円

福岡／札幌・・・片道 16,000 円

※上記以外の都市につきましては、大変恐れ入りますが別途弊社までお問い合わせください。

また往路、復路それぞれ、下記の A. B. C. についてご記入をお願いいたします。

往路  
A. 搭乗日：  
B. 利用空港：  
C. 便名または希望時刻：

復路  
A. 搭乗日：  
B. 利用空港：  
C. 便名または希望時刻：

### 2.ビジネスクラス手配について

#### 追加手配（要・不要）

※料金などの詳細については別途お問い合わせください。

※ビジネスクラス追加代金は予約後 3 日以内のお振り込みとなりますことを予めご了承ください。

### 3.前泊（羽田空港周辺）手配について

#### 追加手配（要・不要）

スタンダードシングルルーム・1 泊朝食付き・サービス料、税金込み 14,000 円～にてお探しいたしますので、別途お問い合わせください。

### 4.部屋割りについて

#### 1 人部屋手配（要・不要）

基本旅行代金はツイン(相部屋)ご利用の場合です。1 人部屋(シングル)ご希望の方は差額代金 85,000 円にて、追加手配を承ります。

※2 名でお申し込みの方・・・相部屋希望をお聞かせください。……………様とご一緒

※相部屋のお相手のご要望がない場合の組み合わせにつきましては、年齢・職業・参加方面などを考慮しながら組み合わせをいたします。何卒ご理解を賜りたくお願いいたします。

### 5.英語について

視察・研修先によっては、グループに分かれて研修を受けていただくケースもございます。添乗通訳が帯同しておりますので不明な点をご遠慮なくご質問いただけますが、参考までに皆様の英語理解度をお知らせください。何卒ご協力をお願いいたします。

A. 全く分からない    B. 挨拶程度    C. 旅行(簡単な)会話    D. 日常会話    E. 医療英語

### 6.その他ご要望、ご連絡など……

お手数ですが、参加申込書、パスポートのコピーと一緒に弊社までご送信ください。(ツアーコード 16-002)  
Fax: 03-3436-5808 または E-Mail: [info@iiet.co.jp](mailto:info@iiet.co.jp) リバティ・インターナショナル藤澤または縄手まで