

1	所 属	埼玉医療センター こころの診療科
2	氏 名	田中伸一郎
3	タイトル	「泣くこと」について
4	概 要	記事より転載。 「泣くとスッキリする」現象について、ネット上では「ストレスがたまる と、我慢せずに泣くようにしている」「どんなストレス解消法よりも効果 を感じる」「どうして、泣くと気持ちが落ち着くんだろう」「たくさん泣く ことで、逆に何か問題はないのかな」などさまざまな声が上がって います。「泣く」ことが精神面に与える影響や効果について、精神科専 門医の田中伸一郎さんに聞きました。
5	掲載日・放送日(放送時間)	2021年6月2日配信
6	媒体名等	オトナンサー、Yahoo!ニュース