

私たちの知らない脳の世界がここにある

脳と心の勉強会

2014年 10月4日(土)~5日(日) 初日 13:00開始 最終日 13:00終了

講師: ^{きゅう ま よし かず}久間 祥多 先生

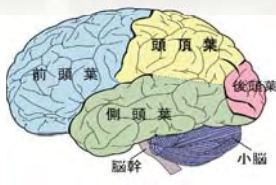
(七沢リハビリテーション病院
脳血管センター脳神経外科医)

参加費 各回 25,000円 (税別) (講師費、会場費、宿泊・食事の委託費が含まれます。
どなたでもご参加いただけます。)

司会進行: 塩澤みどり (公益財団法人いのちの森文化財団代表理事)



神経ネットワーク



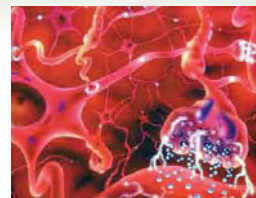
脳の構造



清潔なお部屋



わかりやすい講義



脳内物質

《2014年のテーマ》

○良く注意して考えれば思い出せるのに、ついつい忘れてしまうのはなぜでしょうか

ケアレスミスを頻繁にしてしまうような脳の状態とは

○散漫な状態と、集中している状態では脳のなかではどう違うのでしょうか

集中している状態は脳の中でどのようなことが起こっているのか

○固定観念に囚われてしまっ、なかなか柔軟な考えが持てないのはなぜでしょうか

一度思い込んでしまうとなかなか変

えられないのはなぜか

○反省をしても、喉元をすぎると繰り返してしまうのはなぜでしょうか

自分では深く反省したつもりでも何度も繰り返してしまうのはなぜか

○類は友を呼ぶといいますが、なぜ同じもの同士が引き寄せられるのでしょうか

意識して集めているわけではないのに、同じような考えを持つ人が集まってくるのはなぜか

○美しいなどの万国共通の心はどこからくるのでしょうか

歌、花、景色など、教えてもらってなくても、全世界共通に美しいと思う

心はどこから来るのか

○年を取ると頭が固くなるといいますが、本当に年齢が原因なのでしょうか

頭を柔らかく保つには、どうすればよいのか

○脳科学界で今話題の「オキシトシン」とは何なのでしょう

てんかん薬としても注目されているオキシトシンとは

○脳と心何でもQ&A

何でも質問OK



窓から緑があふれます



森のレストラン



久間先生に何でも質問OK



無農薬野菜の手作り料理



隣接した5町歩の自然農園

主催・申込み・問い合わせ 公益財団法人いのちの森文化財団
いのちの森の学校 青少年育成公開講座

〒380-0888 長野県長野市飯綱高原2471-2198 TEL 026-239-0010 FAX 026-239-0011
e-mail zaidan@inochinomori.or.jp URL http://inochinomori.or.jp

会場・宿泊 信州飯綱高原 心と体といのちのセンター「水輪」

TEL 026-239-2630 FAX 026-239-2736 e-mail suirin@suirin.com URL http://www.suirin.com

140312S





「脳と心の勉強会」



●講師プロフィール

久間祥多 (きゆうまよしかず)

昭和14年4月1日生まれ。

昭和39年 横浜市立大学医学部卒

4 4 年同大学院終了 (専攻外科学)

昭和44年 米国インディアナ大学

医療センター外科系研修医

昭和45年 横浜市立大学第2 外科助手

昭和48年 神奈川リハビリテーション病院

脳神経外科医長

昭和53年 横浜市立大学脳神経外科講師

昭和57年 同助教授

昭和61年 神奈川県立がんセンター脳神経外科部長

平成16年 七沢リハビリテーション病院

脳血管センター病院長

平成21年 七沢リハビリテーション病院

脳血管センター脳神経外科



「脳と心」スケジュール

初日 12:00～受付
 12:30～オリエンテーション
 13:00～講義
 17:00～入浴
 18:00～夕食
 19:30～講義
 21:00～セロトニン呼吸

(変更になることもあります。)

2日目
 7:00～自然農園散策
 8:00～朝食
 9:00～講義
 12:30～感想文記入
 13:00～終了

会場:いのちの森水輪

いのちの森の大自然のエネルギーは、心と体を癒し、自然治癒力を高めます。隣接する水輪ナチュラルファーム自然農園では農薬や化学肥料を一切使用せずお野菜を作り、環境と健康に配慮した農法を行っています。大切に保護された自然は、やどりぎや銀竜草など高山植物、また山野草の宝庫です。館内寝具類は清潔を保ち、施設には和紙の照明、建物は天然木の檜や杉材を使用することで、人工的な建材によって遮断されことなく大自然のもつ澄んだ空気を、存分に味わうことができます。厳選された無添加の食材・調味料、無農薬野菜などを使った心のこもった美味しい食事は、心身をリフレッシュしてくれます。



「脳と心の勉強会」参加者感想文 東京都M.Tさん

脳と心が密接に関わりあっていることが講義に参加して分かりました。色々な脳内物質があって、不足したり、多すぎてもよくなく、病気を発症してしまうことが分かり、脳内の中をつねにいい状態にしておくことが大事なのだと思います。

そのために、食事をしっかりとったり、人との関係を良好にして、安定した状態を自分からもできることをやっというと思います。また、意欲を持つことで、人が生きていくための原動力となる欲望がでるという事が分かり、何事も意欲を持ってやる必要があるのだと感じました。講義に参加して、脳内回路のしくみが少しわかった気がするので、そのことを活かしていこうと思います。



よくわかる脳の仕組み講義



畑の朝採り野菜の食事



漬物もすべて手作り



久間先生に質問OK



農園散策リフレッシュ



農園からの絶景 朝日

参加要項 (定員各回20名)

- 会場 信州飯綱高原 心と体といのちのセンター いのちの森「水輪」
- と き 2014年10月4日(土)～5日(日)
- 参加費 25,000円(税別) (講師費、会場費、宿泊・食事の委託費が含まれます。)
- お申込 下記の「申し込み書」でFAX・郵送・E-mailにて「公益財団法人いのちの森文化財団」までお申込後、一週間以内に参加費をお振込下さい。定員になり次第締め切りとさせていただきます。前泊・延泊可。*希望の方には当日長野駅から会場へ直行の乗合タクシーを手配します。
- 振込先 参加費振込確認後、順次正式受け付けとなります。乗合タクシー希望の方は4人以上1人当たり①片道1,100円～・往復2,200円～を合わせてお振り込み下さい。(申込受付後詳細資料送付)

◎みずほ銀行 長野支店(普) 1991794

(名義)公益財団法人いのちの森文化財団

◎ゆうちょ銀行 振替口座 00520-3-42181

(加入者)公益財団法人いのちの森文化財団

*尚キャンセルの場合、参加費の返金はいたしませんのでご了承下さい。(代理参加は可能です。)

*洗面用品・タオル・パジャマは各自でご用意下さい。 *会場は全館禁煙です。

*部屋は男女別の相部屋となります。 *環境を守るため、箸やシーツなど御自分のものをお使いになる方はどうぞ御持参下さい。

*個室希望も承ります。(個室料別途、ご希望に添えない場合もございます。)

*会場をカーナビで検索する場合は水織音(みおりね)(026-239-3908)で検索して下さい。 ◎詳細はお問い合わせ下さい。

申し込み書「脳と心の勉強会」

該当項目に○をご記入ください。

TEL 026-239-0010

FAX 026-239-0011

氏名 _____ 男 _____ 女 _____ 年齢 _____ ご職業 _____ 申込日 月 _____ 日 _____

住所 〒 _____ e-mail _____

TEL _____ FAX _____ 携帯電話 _____

① 乗合タクシーに乘車する 「行き」 / 「帰り」 (前泊する ・ 延泊する)

参加費+ ①の合計 _____ 円 振込先 (〒 ・ 銀行) _____ 振込日 月 _____ 日 (振込済み ・ 振込予定)

◎お申し込みのきっかけ ちらし 紹介:紹介者 (_____) インターネット 新聞・雑誌 (_____)