

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

2019年 4月6日(土)~7日(日)

初日14:30受付 最終日13:30解散

テーマ **病気にならない脳コントロールの仕方**  
**自分の知りたい病気について**  
**新しい脳と心 新しい自分の発見**

講師：**久間祥多先生** **久恵先生**

七次リハビリテーション病院  
脳血管センター脳神経外科医  
いのちの森クリニック

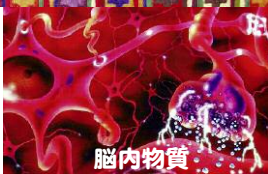
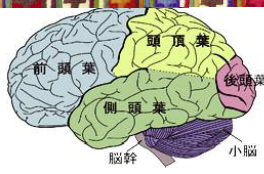
特定非営利活動法人  
のびの会 理事長

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)

参加費：**25,000円(税込)** (講師費、会場費、宿泊費、夕朝食含む)



神経ネットワーク



脳内物質

## 《2019年テーマ》

### 病気になるプロセスとは？ 脳と心の関係

#### 病気にならないための脳コントロールの仕方

- ・悩む心と脳
- ・苦しむ心と脳
- ・悲しむ心と脳
- ・こだわる心と脳
- ・嫉妬する心と脳
- ・執着する心と脳
- ・比較する心と脳
- ・虚しくなる心と脳
- ・病気になる心と脳

#### 精神疾患を脳画像に探る

- ・統合失調症

- ・うつ病
- ・解離性障害
- ・境界性パーソナリティ障害
- ・恋愛依存症 など

#### 自分の知りたい病気について脳からのアプローチQ&A

- ・感じ方・考え方の重要性
- ・安心するときの脳内物質
- ・恐怖を感じる時の脳内物質
- ・呼吸と脳の関係
- ・自分を知ること、自分を教育することの重要性
- ・環境と意識と脳内物質の関係
- ・遺伝と脳内物質
- ・母と子の幼児環境と関係性

#### 新しい心、新しい自分の発見

- ・心にこびりついたさび・垢・疲れをまずとる
- ・心のわだかまりを流し落とす
- ・心を整える、無心から空の境地
- ・自分の心のコントロールの仕方
- ・新しい自分との出会い
- ・常に自分を見失わない
- ・常に自分を忘れることの静寂
- ・慈悲の心
- ・何を学ぶかよりどう生きるかが大切
- ・自然の摂理にしたがう

以上、脳の中で起こっているなぜ？という質問にお答えします。



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

〒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](mailto:suirin@suirin.com)

URL <http://www.suirin.com>

# 「脳と心の勉強会」スケジュール (変更になることもあります)

## ●講師プロフィール

久間祥多 (きゅうまよしかず)  
 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  
 44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  
 平成26年 若草診療所長



初日  
 14:00～長野駅東口  
 乗合タクシー発  
 14:30～受付・リエンション  
 15:15～講義  
 18:00～夕食交流会  
 19:30～入浴  
 21:00～座禅、トコト呼吸

2日目  
 7:00～自然農園散策  
 7:30～朝食  
 9:00～講義  
 12:00～昼食(希望者のみ)  
 ・感想文記入  
 13:30～乗合タクシー出発



## 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る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

脳の表面図から、視覚も使い、説明して下さったのでイメージがしやすかったです。また、進化の過程や大きさの違いなどの比較や、意識と無意識について、前頭葉と扁桃体等の理解が少し深まったように思います。疾患や薬の話、薬を減らすことができた方たちの体験談など色々参考になりました。「今、ここ」を大切にすること、感情とのつながりなども少し深めることができました。集中力とエネルギーの関係など色々考えることもできました。ありがとうございました。(Y.S.さん)

## 参加要項 (定員 25名)

- 会場 信州飯綱高原 心と体といのちのセンター「水輪」
- と き 2019年 4月6日(土)～7日(日)
- 参加費 ①25,000円(税込、講師費・会場費・宿泊・夕朝食込、昼食希望者1,500円別途)  
 ②前泊・延泊をご希望の方は事前にご予約ください(1泊:13,500円～)  
 ③乗合タクシー希望の方は4人以上1人当たり片道1,200円・往復2,400円  
 \*乗合タクシーは、長野駅東口発。乗車人数により差額を当日精算いたします。(申込受付後詳細資料送付)  
 ④個室希望承ります。(個室料別途(3,500円～6,500円)、ご希望に添えない場合もごさいませ。) (個室料は当日精算。)
- お申込 下記の「申込み書」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。
- 振込先 参加費振込確認後、順次正式受け付けとなります。  
 ◎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。)  
 \*乗合タクシーは、お申込み後のキャンセル・返金は原則いたしませんのでご了承ください。  
 \*会場は全館禁煙です。\*部屋は男女別の相部屋となります。◎詳細はお問い合わせ下さい。



## 脳と心の勉強会 申込み書

申込日 月 日 TEL 026-239-0010  
 ※2019年3月30日(土)(乗合タクシーのご予約も同様) \*該当項目に○をご記入ください FAX 026-239-0011

フリガナ 氏名	男	女	年齢	ご職業	携帯電話
〒					
住所	e-mail		TEL		FAX
	1泊 13,500円	1泊 13,500円	1,200円	1,200円	当日精算 3,500円～6,500円
②前泊延泊(前泊 泊)・(延泊 泊)	③乗合タクシー(行・帰)		④個室予約(希望・不要)		
	1,500円				
⑤2日目12:00昼食(希望・不要)	⑥食事アレルギー(食品名)				
振込先(〒・銀行)	振込日	月	日	(振込済み・振込予定)	紹介者( )
	25,000円	1泊 13,500円		1,200円 1,200円	
振込合計	①(参加費) + ②延泊前泊(計 泊)		③乗合タクシー(行・帰) =		円