

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

2020年 4月4日(土)~5日(日)

初日14:30受付 最終日13:30解散

テーマ 人間の脳の変化と成長
脳に秘めた可能性

講師：久間祥多先生 久恵先生

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
いのちの森クリニック

特定非営利活動法人
のびのびの会 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：25,500円(税込) (講師費、会場費、宿泊費、夕朝食含む)



《2020年テーマ》

人間の脳の変化と成長 脳に秘めた可能性

脳の成長と教育

- ・「三つ子の魂百までも」の
いわれを脳の成長から学ぶ
- ・幼少期の脳に必要な体験とは
- ・幼いころの体験が脳に与える影響
- ・何が知能を決めるのか
遺伝子？それとも環境？
- ・親と子の関係性
- ・幼い時のストレスで
ストレスに弱い大人になる？

トラウマからの回復

- ・心的外傷ストレス(PTSD)って何？
- ・ストレスや恐怖体験が
脳に与える影響
- ・回復できる脳の可能性
- ・脳を良い方向へ変える習慣

脳は進化し続けている

- ・自分の価値観に固執
しない考え方は
生きていくために
- ・他者と協調性をもって
生きていくために
- ・大人になるにつれて
強固になる脳内回路
- ・無意識の脳と自己意識の脳

よりよく日々を生きるために

- ・今からできる脳の変革
- ・呼吸と脳の関係
- ・継続することにより変わる脳
- ・小さなことからできる
脳のトレーニング方法
- ・幸福感を高めるためにできること
- ・感謝をすることが
脳に良い影響をもたらす

その他にも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 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・お部屋へご案内
15:00 ~ オリエンテーション
15:15 ~ 講義・Q&A
18:00 ~ 夕食交流会
19:30 ~ 入浴
21:00 ~ 座禅、セトコン呼吸

2日目

6:45 ~ 自然農園散策
7:30 ~ 朝食
9:00 ~ 講義・Q&A
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、自然治療力を高めます。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持つ澄んだ空気を、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

今回、初めて参加させて頂きました。普段の日常生活では見ることの少ない脳のMRI写真などを使ったお話は新鮮でとても勉強になりました。人間の脳は色々な種類の伝達物質が複雑に関与して成り立っているのですね。私の質問にもご丁寧に答えいただき感謝しております。施設の掃除も行き届いており、お食事とても美味しく充実した週末を過ごすことが出来ました。ありがとうございました。【T・Y様】

参加要項 脳と心の勉強会 (定員25名) ※全て税込金額です

- 会場 信州飯綱高原 心と体といのちのセンター「水輪」
- とき 2020年4月4日(土)~5日(日)
- 参加費 ①25,500円(税込、講師費・会場費・宿泊・暖房費・夕朝食代、昼食希望者1,650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1,250円・往復2,500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(1泊当たり)一人個室:3,850円~6,000円 二人個室:2,000円~3,250円
*ご希望に添えない場合もございます。*個室料は当日精算。
- お申込 下記の「申込書」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、詳細をご連絡させていただきます。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。
お申込締切:2020年3月28日(土) (厳守)
- 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。◎詳細はお問い合わせ下さい。

脳と心の勉強会 申込書

申込日 月 日

TEL 026-239-0010

※申し込み締め切り:2020年3月28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 お申込み人数 人 携帯電話:

〒 住所 e-mail TEL FAX

①お申込み人数 () 人 ②前泊・延泊 (前泊 泊) ・ (延泊 泊) ③乗合タクシー (行・帰・往復) 3,850~6,000円 2,000~3,250円 1,650円

④個室予約 (一人個室・二人個室・相部屋) ⑤2日目12:00昼食 (希望・不要) ご紹介者 ()

⑦食事アレルギー (食品名:)

振込先 (行・銀行) 振込日 月 日 (振込済み・振込予定) 振込人名義 ()

25,500円

振込総合計 参加費 + ②延泊・前泊 + ③乗合タクシー + ⑤2日目昼食希望 = 円