

各種行事への参加報告書

報告者氏名	越智 富夫	他参加者	
内容	<input type="checkbox"/> 会議 <input checked="" type="checkbox"/> 研修会 <input type="checkbox"/> イベント <input type="checkbox"/> その他 ()		
	※会議の場合は、 拘束時間数	時間	※会議等の開催場所までの 出向に要した時間数(往復)
開催日時	平成29年10月8日(日)・9日(月)		
名称	第13回日鍼会全国大会 in 大阪「大大阪フェス」		
主催	公益社団法人 日本鍼灸師会		
(あれば) 講師(所属)	高橋徳先生(ウィスコンシン医科大学教授)		
1. 感想(印象深かったこと) 150字以上			
<p>去る10月8~9日(日)に開催された第13回公益社団法人日本鍼灸師会全国大会 in 大阪の中で開催された高橋 徳先生(ウィスコンシン医科大学教授・統合医療クリニック高橋医院院長)の講座を受講した。テーマは、「人は愛することで健康になれる -愛のホルモン オキシトシン-」という最近NHKなどでも取り上げられ話題となっている幸せホルモン、愛情ホルモンなどと称されているオキシトシンの効果についてのお話でした。</p> <p>高橋徳先生はアメリカのミシガン大学、デューク大学、ウィスコンシン医科大学などでストレスに関する研究をする中で、ストレスが加わると、CRF(副腎皮膚刺激ホルモン放出ホルモン)が増え、そのCRFを抑えるには、オキシトシンという脳内物質を放出させることが有効であり、やる気を出させるドーパミン、心を安らかにするセロトニン、痛みを抑えるエンドルフィンの働きにもオキシトシンは関わっているということが分かったと言う。</p> <p>オキシトシンが脳内で分泌されるとストレスに適応することができ、心身への悪影響を和らげてくれます。加えて、オキシトシンは「思いやり」や「信頼」などの感情を促</p>			

し、私たちの人間関係を築くのに重要な役割を果たしています。

しかしながら、オキシトシンを日常的に投与し続けるとオキシトシン受容体の感度が鈍化しその効果の減少が懸念されます。従って体外からのオキシトシンの投与ではなく、私たちの体内でオキシトシンの発現を増強する方法が推奨されると言う。

先生は幸いにも、これまでの研究の結果、体内においてどのような仕組みでオキシトシンの発現が増加するのか解ってきたと言う。その方法は日常私たちが行っているちょっとした心がけからも可能であるという。「人を思いやったり」「人から大切にされたり」するような積極的な人との関わりを持つことにより、体内オキシトシンの発現を増加させることができるのだ。

現在の私たちの社会はストレス社会といわれるように、様々なストレスの中で生活しています。日常のストレスに負けない心身を保つためにも私たちは体内オキシトシンの発現を増加させる方法を学んで、みんなで幸せになりたいものです。

2. 全国大会に対するご意見・ご要望などありましたらお書きください。

1階のメインホールでの講座は、他のイベントと重なって行っていることから、わざわざして講師の先生の声が聞こえづらく、講師の先生にも失礼ではないかと感じられた。

3. 愛媛県鍼灸師会の学術研修会についてのアンケート

①今後取り上げてほしいテーマなどありましたらお書きください。

例えば、不妊症というテーマを決めて、県内で積極的に不妊症に取り組んでいる先生を何人か集めてそれぞれの治療についてご紹介していただくような研修会を企画したい。

②招聘したい講師などありましたら具体的にお書きください。

※画像データなどあれば理事メール等にて送ってください。HP などでの報告資料として使わせていただきます。

※なお、この報告書は、派遣事業の報告書として、hp・はりきゅう愛媛で報告させていただきます。