

第59回日本心身医学会総会ならびに学術講演会

参加費
無料

市民公開講座

日時

2018.6/10(日) 10:30-12:00

会場

愛知県産業労働センター(ウインクあいち)5階小ホール1

腸(今日)から始まる健康生活

司会：金子 宏 (星ヶ丘マタニティ病院 心療内科部長)



講演1 腸内フローラが変われば カラダもココロも変わる

講師：内藤裕二

(京都府立医科大学大学院医学研究科 消化器内科学 准教授)



講演2 腸から始まる健康生活： あなたの身近な脳⇄腸相関

講師：福土 審

(東北大学大学院医学系研究科 行動医学分野 教授)



講演3 『こころ』に働きかけて 『からだ』を整える腸(超)心理療法

講師：福井義一

(甲南大学文学部 人間科学科教授)

お問い合わせ先：株式会社セントラルコンベンションサービス

TEL 052-269-3181 FAX 052-269-3252

後援：厚生労働省、名古屋市、愛知県医師会、名古屋市医師会、中日新聞社

内藤裕二（京都府立医科大学大学院医学研究科 消化器内科学 准教授）

講演1 腸内フローラが変わればカラダもココロも変わる

腸内フローラが話題です。フローラとは花畑のことで、一定のグループを作りながらたくさんの種類のお花が咲いている花畑になぞらえて、腸内細菌を「腸内フローラ」と呼ぶようになりました。腸内フローラの変化が消化管（おなか）の病気の原因となってるだけでなく、全身の糖尿病、動脈硬化症、神経精神疾患の発症に影響することが明らかになりつつあります。

福土 審（東北大学大学院医学系研究科 行動医学分野 教授）

講演2 腸から始まる健康生活:あなたの身近な脳と腸相関

脳と腸は信号を互いにやりとりしています。これを判りやすく、 \rightleftharpoons （双方向矢印）を使って、脳と腸相関と書いておきます。この脳と腸相関は、われわれの健康に日夜大事で、これが不調になると、困ったことが起きます。特にストレスの悪影響が知られています。どのようにして脳と腸相関から健康を保てるか、一緒に考えましょう。

福井義一（甲南大学 文学部人間科学科 教授）

講演3 『こころ』に働きかけて『からだ』を整える腸（超）心理療法

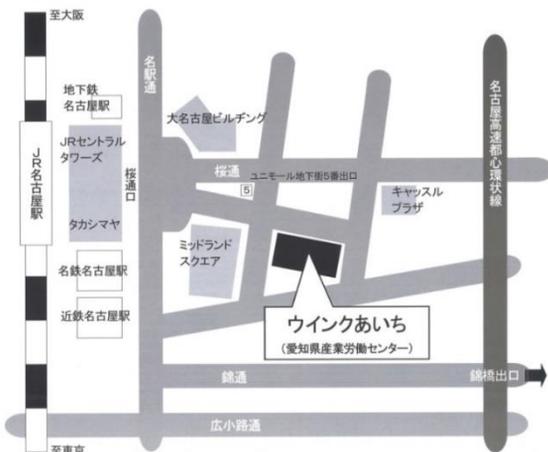
腸の不調に悩んでおられる方は多いと思います。その中には、「こころ」に働きかけることで「からだ」を整えるアプローチが効く人もいます。私からは、既に効果が確立されている「催眠」について話します。催眠がなぜ効くのか、どのように効くのかを説明し、自分一人のできる催眠生まれのイメージ・ワークを紹介します。

会場のご案内

ウインクあいち（愛知県産業労働センター）
5階小ホール1

開場：10時

定員：200名



電車をご利用の場合

(JR・地下鉄・名鉄・近鉄)名古屋駅より

- JR名古屋駅桜通口からミッドランドスクエア方面 徒歩5分
- ユニモール地下街 5番出口 徒歩2分

お車をご利用の場合

- 名古屋高速都心環状線「錦橋」出口より 約6分
- 駐車場・・・収容台数123台