

# 「愛は化学物質だった」

人生を幸せに導くオキシトシンの働きと腸内環境について

ふれあいによって愛情ホルモン（オキシトシン）が分泌されます。このホルモンは人と人との絆や結びつきや信頼感を高め、体を癒し、幸せ感で満たしてくれることがわかってきました。

3才までに両親との触れ合いによって、赤ちゃんは社交性を育むオキシトシンを身につけます。

また、男女の触れ合いや、何かを・誰かを大切にする行為によってもオキシトシン濃度が上がり、幸せ感が増します。うつ病や自閉症といった問題を抱えていたり、孤独感が強い方にはとても参考になる内容だと思います。ぜひ、ご参加ください。

重陽の節句について

旧暦の9月9日は重陽の節句です。旧暦のこの頃は菊が咲く季節なので「菊の節句」とも呼ばれています。

すべての作物の収穫が終わった時期に、一年の収穫に感謝する意味合いを持っていたようです。また、この日は秋から冬への衣替えの日でもあったとされています。

「塙」は平和の使者とされていて、日本国憲法第九条は戦争放棄を謳った平和憲法です。9には平和という意味もあるので、みんなで世界平和を願いながら、統合意識につながる愛情ホルモンについて一緒に学びましょう。

日時：**10/17** (水) 10時～14時

[旧暦：重陽の節句]

講師：岡部賢二先生

場所：料理研究舎リンネ

参加費：**3,500円**(ランチ込)

10時～12時 座学

12時～13時 ランチ

13時～14時 質疑応答・感想・シェアリング

ご予約・お問い合わせ

料理研究舎リンネ  
熊本県阿蘇郡南阿蘇村一岡230  
Tel: 0967.65.8230

公共交通機関でのアクセス：  
ゆめっとバス 白水ルート

(行き) 大津駅南口 9:00発「一岡」下車 9:47 徒歩7分  
(帰り) 一岡 14:14発 大津駅着 15:01

・講師プロフィール・

岡部賢二

ムスピの会主宰、正食協会理事。

全国で食育、マクロビオティックの講演やプチ新食セミナーを行う。

著書に「マワリテメクル小宇宙」(ムスピの会出版)、「月のリズムでダイエット」

(サンマーク出版)、「くずる子さわく子は食事で変わる!」(廣済堂出版)。

「月のリズムで玄米甘酒ダイエット」(PARCO出版)等がある。