

森林浴実験の男性被験者を募集します

平成 31 年度 森林浴による健康増進等に関する調査研究

—森林浴による内分泌系への影響—

被験者募集要領

1. 研究目的

森林浴は、森林散策を通して森林の持つ癒し効果を人々の健康増進・疾病予防に活用する活動です。森林浴が五感(視覚・嗅覚・聴覚・触覚・味覚)を刺激してその効果を発揮します。これまでの森林浴研究では森林浴による免疫系及び神経系(交感神経・副交感神経)への影響はかなり解明されましたが、森林浴による分泌系への影響については、ほとんど検討されていません。そこで、今回は森林浴による内分泌系への影響を検討することを目的とします。

森林浴前後に血液・尿中の①β-エンドルフィン、②セロトニン、③オキシトシン、④ドーパミン、⑤ノルアドレナリンを測定して森林浴によるこれらホルモンの影響を検討します。その比較対照として都市散策による血液・尿中①β-エンドルフィン、②セロトニン、③オキシトシン、④ドーパミン、⑤ノルアドレナリン濃度の影響を検討し、男性における森林散策と都市散策の差を検討し、内分泌の視点から森林浴のリラックス効果の機序を解明します。

2. 実験日程

2泊3日(3日間拘束)

それぞれ夕方に採血・採尿を行います。

○第1候補 6月28日(金)、29日(土)、30日(日)

雨天の場合は以下の第2候補で実施します。

○第2候補 7月5日(金)、6日(土)、7日(日)

雨天時の対応:台風・大雨の場合は第2候補に延期しますが、小雨の場合は計画通り第1候補に実施します。

【実験スケジュール】

金曜日:

午前 10:00 新宿出発(JR特急スーパーあずさ11号・松本行) 12:31 松本着

12:53 松本発(JR特急ワイドビューしなの12号・名古屋行) 13:30 木曽福島着

午後 14:00 三河屋にチェックイン、

15:30~16:00 木曽県立病院にて採血(約20ml)・採尿(約10ml)、三河屋宿泊

土曜日:Aグループ:赤沢自然休養林散策、Bグループ:伊那市散策、16:00~木曽県立病院にて採血(約20ml)・採尿(約10ml)、三河屋宿泊

日曜日:Aグループ:伊那市散策、Bグループ:赤沢自然休養林散策 16:00~木曽県立病院にて採血(約20ml)・採尿(約10ml)

散策時間・散策距離:10:00~15:00 まで午前・午後各 2~2.5 キロ

15:45 まで木曽県立病院に到着、16:00～採血

17:25 木曽福島駅出発 21:06 新宿駅着、解散

3. 被験者の条件

○本研究対象者の選定方針

- 1).抗うつ剤服用者は除く。
- 2).その他本研究に影響があると思われるような薬剤を服用しているものや、これらに関連する入院歴・通院歴がある被験者は除く。
- 3).うつ病、認知症及び各種依存症を有しない**東京周辺の大都市在住の中老年男性 20 名(年齢 40 歳～70 歳)**。

4. 謝礼について

研究費から交通費・宿泊費・食費(実費)と謝礼金(1 日約 1 万円)を支払います。

研究対象者には経済的負担をかけず、障害保険の加入を行います。

本研究は平成 31 年度車両競技公益資金記念財団助成金によって実施されます。全ての費用はこの研究費から支出されます。

応募〆切:2019 年 3 月 25 日(月)

説明会を 2019 年 4 月 7 日(日)に日本医科大学付属病院会議室にて実施いたします(説明会用の交通費は支給いたします)。ご応募お待ちしております。

ご不明な点がございましたら、下記の応募・問い合わせ窓口にご連絡ください。

【応募・問い合わせ窓口】

日本医科大学付属病院 リハビリテーション科医師 李 卿

メール:qing-li@nms.ac.jp

※なお、今回の森林浴実験は赤沢自然休養林にて行いますが、特定の森林セラピー基地に関連するものではありません。

2019年3月6日

本広告を法人として行うことについて

森林セラピーソサエティ理事長 瀬上 清貴

当法人理事、李卿先生による新たなアプローチが行われます。そのための被験者募集広告です。

この募集が森林セラピー基地認定に関与するものであれば、法人として広告することは不適切ですが、今回の研究は森林セラピーの新たな効果の探求に向けたものと解することができるので、本広告を法人として行うことは適切であると判断いたしました。