

# 第5回 MIUCAFE

## 唾液で計るあなたの健康とストレス度

ゲスト

岩手大学 工学部 福祉システム工学科 教授 山口 昌樹 氏

私たちが社会生活で受ける影響の1つに「ストレス」があります。ストレスは家庭生活のみならず、職場環境でも注目されています。今や、ストレスを起因とした精神疾患や健康上の影響は社会的問題化していると言っても過言ではありません。

そのストレスの測定にはアンケート調査などがありますが、回答者の主観的意見を根拠とするため、客観的な判断が別途必要です。客観的な測定方法には、脈拍数、発汗量などを計測するものもありますが、より高度な客観的測定も求められています。

このような状況からバイオマーカーによる測定が最近注目されています。交感神経系や内分泌系に直接間接的に関与するバイオマーカーは人間の状態がリアルタイムに反映されます。そのためストレスが意識される以前にその度合いを測定することも可能です。

今回は、唾液によるストレスの測定の可能性やメリットについて、分かりやすく説明致します。

(お願い)参加者の方にストレス測定を体験して頂きながら意見交流を進めていく予定です。唾液を測定するため、午後4時以降は、水以外の飲食物を摂取しないようお願い致します。

主催 岩手大学地域連携推進センター・盛岡市  
岩手ネットワークシステム・岩手県中小企業家  
同友会・JSTイノベーションサテライト岩手

日時 11月20日(木)18:30~20:00

参加費 500円(軽食代)

場所 コラボMIU

(盛岡市産学官連携研究センター)

住所 盛岡市上田4-3-5

(岩手大学地域連携推進センター隣接)



**\*会場アクセス\***

盛岡駅から産学官連携研究センターまで 約2km

バス : 岩手県交通

バスターミナル9番乗り場より乗車、  
「館板橋」で下車→徒歩5分

タクシー : 約10分 (1,000円程度)

徒歩 : 約25分

※駐車場完備

### 参加申込先・お問い合わせ先

FAX 019-622-9181 TEL 019-622-8889

〆切 11月18日(火)まで

連絡先	電話		
	FAX		
	E=MAIL		
会社名・所属名		役職	氏名