

*****2012. 11.02*****

薬剤師だから知っている。3分間の薬と健康の裏情報

短編（科学のよもやま話）第172号

初恋の甘酸っぱい思い出を鮮明に思い出せる訳



漢方の健康堂薬局の店主 長澤昭と申します。
昨年3月11日（金）に発生した東北地方太平洋沖地震により、被災された
皆様に対し、心よりお見舞い申し上げます。

発行済みのメルマガは、当店ホームページからご覧頂けます（一部を除く）。



<http://www.kenkodo-igaku.jp/backnumber.html>



*****2012.11.02*****

短編（科学のよもやま話）第172号

初恋の甘酸っぱい思い出を鮮明に思い出せる訳

◎初恋の甘い記憶も海馬のおかげ

多くの方は、初恋の人を鮮明に思い出すことができるのではないのでしょうか。初めて会った日のこと、その人の顔や名前など、まるで昨日のこのように鮮明に思い出すことができるのではないのでしょうか。

記憶は大きく2種類に分かれます。ひとつが一夜づけの試験勉強をしてもすぐに忘れてしまう「短期記憶」。もうひとつが、一度覚えたら1年も2年も記憶に残っている「長期記憶」です。

海馬には長期記憶を蓄積されません。しかし、長期記憶を作り出す際にも海馬は重要な役割を果たしています。新しく長期記憶を作るというのは、たとえば、初めて会った人の顔を覚えて認識したり、電話番号や見知らぬ場所への道順を覚えたりすることです。これが成功するかどうかは、海馬が正しく機能するかどうかにかかっています。

「交通事故にあった人は、その時の情景を細かく覚えている」という話を

よく聞きます。このことから、鮮烈なできごとは記憶に残りやすいことがわかります。つまり、海馬が受ける刺激が強ければ強いほど長期記憶になりやすいといえます。

初恋が一目惚れだった方にとって、相手の方と出会った日のことは非常に衝撃的だったはず。そのため、短期記憶の海馬から長期記憶の大脳皮質に、その記憶がファイルされたというわけです。

また、海馬に蓄えられた記憶、それを何度も出し入れすることにより、記憶が定着しやすくなると考えられています。放課後、クラブ活動をしている好きな相手のことチラチラと盗み見て、表情や声色を記憶して、四六時中それを思い出してはボーっと過ごした、なんて経験は多くの方にあるのではないのでしょうか。こういったことを繰り返し行ったことで、初恋の人の顔やしぐさを、あなたは今でもとても鮮明に覚えていられるのです。

以上、今週の内容でした。

発行済みのメルマガは、当店ホームページからご覧頂けます（一部を除く）。

↓ ↓ ↓ ↓

<http://www3.ocn.ne.jp/~kenkodo/m-magazine.html>

E-mail: <mailto:kenkodo@oregano.ocn.ne.jp>

—[プロフィール]— [プロフィール]—

■長澤 昭（ながさわ あきら）1952年 静岡県生まれ

1980年に薬局を創業。

2000年、毎日新聞「アミューズ」に、「漢方薬に詳しい薬局」として、全国わずか35店のうちの1店として取り上げられる。

2001年、約300の病名・症状別の「病気別漢方選薬システム」を完成させる。

現在は、当店HPにて公開中 <http://www3.ocn.ne.jp/~kenkodo/m-magazine.html>

登録／解除の方法

↓ ↓ ↓

<http://kenkodo.web.infoseek.co.jp/melmaga.html>

（E-Magazine からご購入の方はこのメルマガの一番下に解除フォーム有り）

□注意・免責事項

◎一般の方向けの内容なので、厳密な医学用語は使用していません。医学的な専門性から考えた場合、妥当でない表現があると思いますが、なるべく平易な表現を使用するようにしてあります。

◎個別の健康相談を行うものではありません。

◎体の状態は個人によって異なっています。現在治療中の方はかかりつけの主治医と相談をしてください。

◎ご自分の責任の範囲でご利用ください。記載内容を利用し生じた結果について、当方では責任がとれませんのでご了承ください。

=====
薬剤師だから知っている。3分間の薬と健康の裏情報

発行者：漢方の健康堂薬局

発行責任者：長澤昭

<http://www3.ocn.ne.jp/~kenkodo/>

E-mail: <mailto:kenkodo@oregano.ocn.ne.jp>

「薬剤師だから知っている。3分間の薬と健康の裏情報」の本文は、著作権により保護されています。

ただ、個人的にお友達に転送することは自由です。その場合、このメルマガの一部だけを転送するのではなくて、全文を転送していただけると、うれしいです。よろしければ、お知り合いの知人、友人に教えてあげてくださいね（商用の場合を除く）。

転載の場合はご一報ください。
