



2026年 3月31日 発売予定

覚醒するディープボディ

21世紀医学が解く呼吸の可能性

貫和 敏博 著

内なる生命誌を紐解き、「喜ぶ身体」を呼び覚ます。

東西の訓練技法を結ぶ、体幹・ドーパミン細胞・呼吸法の最前線！

〈ディープボディ〉は生命力の隠れた源。呼吸法が互いの野生性を覚醒させるとき、身体が自然と動き出す！ 東洋のボディワークの謎を、西洋医学が解き明かす。

——虫明 元（脳科学・東北大学名誉教授）

◇ 医学部教授・呼吸器内科医にして、東洋医学的な「西野流呼吸法」の実践者——
二足草鞋で探求し続けた著者の、30年以上にわたる知の集大成。

◆ ドーパミンは単なる「快楽物質」ではない。認知・運動・記憶とかかわり、「元気(vigor)」を呼び起こし、免疫・抗炎症効果も期待される「神経修飾物質」である。

◇ 実は肺よりも深い？ 明らかになりつつある、呼吸運動と体幹筋群との関係。

「目次」

- 第1章 医学部助教授、不可思議な内部身体ディープボディに出会う
- 第2章 脊椎動物進化と陸上四足動物の二系統運動系——MMC/LMCと体幹・呼吸運動
- 第3章 前進運動と呼吸の体幹筋群——進化と身体発生プログラムから見る軸近筋群・軸遠筋群
- 第4章 西野流呼吸法ボディワークの合理性
- 第5章 「対気」シグナリングと身体反応——西野流呼吸法の本質
- 第6章 「対気」はなぜ元気が湧き、楽しいのか？——21世紀医学で考えるドーパミンの機能
- 第7章 西欧医学へのリターン・パス——AI時代に必要な野生接地「呼吸ボディワーク」の一般化と教育



四六判・並製/312ページ
定価：3200円+税

著者：貫和敏博(ぬきわ・としひろ)

東北大学名誉教授。西野流呼吸法国際指導員。1947年兵庫県生まれ。東京大学医学部医学科卒業。京都大学大学院中退。自治医科大学呼吸器内科、米国National Heart, Lung, and Blood Institute留学、順天堂大学呼吸器内科学助教授、東北大学加齢医学研究呼吸器腫瘍研究分野教授、同大学院医学系研究科呼吸器病態学分野教授、日本呼吸器学会理事長、みやぎ県南中核病院企業長などを著書『呼吸器系の分子医学』（編集・羊土社）、『Molecular biologyから呼吸器臨床を考える——バイリンガル呼吸器内科医を育成』（単著・克誠堂出版）、*Interstitial Lung Disease*（共著・ERS）など。

青灯社 (担当・山田)

FAX: 03-5368-6943

TEL 03-5368-6550

取次：トーハン、日版、楽天BN、八木書店、JRC、新日本図書

eメール info@seitosh-p.co.jp

(書店印)

貫和敏博 著

覚醒するディープボディ

21世紀医学が解く呼吸の可能性

冊

ISBN 978-4-86228-138-8 C0047

定価 3200円+税