

脳ホルモンの働きに着目した初の妊活本！

妊娠力を上げる脳ホルモンの働きを生かした！
書籍 「妊活ケアの名医が教える最高のオキシトシン妊活

幸せホルモンが妊娠スイッチをオン！」

5月28日発売

2026年5月28日発行

株式会社ユサブル（本社：東京都中央区 代表取締役社長：松本卓也）は、医師・放生勲氏の書籍「妊活ケアの名医が教える最高のオキシトシン妊活 幸せホルモンが妊娠スイッチをオン！」を2026年5月28日（木）に全国書店及びネット書店にて発売します。

◆Amazon: <https://www.amazon.co.jp/dp/4909249737/>

タイトル:「妊活ケアの名医が教える
最高のオキシトシン妊活
幸せホルモンが妊娠スイッチをオン！」

著者:放生勲

発行人:松本 卓也

発行所:株式会社ユサブル

定価:1650円(税込)

発売日:2026年5月28日(木)

版型:四六判並製208p

発売店:全国書店及びネット書店

Amazon:

<https://www.amazon.co.jp/dp/4909249737/>

【主な内容】

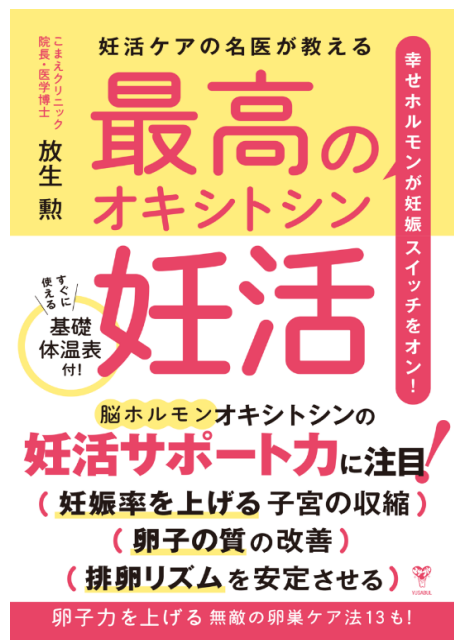
- いつの間にか「不妊治療の落とし穴」にはまっていませんか？
- 「オキシトシン妊活」で愛の絆を深めることが妊娠への近道
- 「自宅タイミング法」なら夫婦二人の力で妊娠プロデュースできる
- 卵巣ケアで卵子力アップ13の方法
- それでも妊娠がうまくできないときはどうすればいいの？

【著者プロフィール】

放生勲 ● Isao Hojo



富山県氷見市生まれ。1987年弘前大学医学部卒業。
1989年～90年、ドイツ政府国費留学生としてフライブルク大学病院およびマックス＝プランク免疫学研究所に留学。
1997年東京大学大学院医学系研究科博士課程修了(東京大学医学博士)。東京医科歯科大学難治疾患研究所を経て、1999年狛江市に、こまえクリニック開院、院長。
自ら経験した不妊治療に対する疑問から、内科診療のかたわら2000年に「不妊ルーム」を開設。
内科的なアプローチで、これまで2600組以上のカップルを妊娠に導いている。著書多数。



妊活や不妊治療のストレスによる「不妊治療不妊」が増えています。 著者のクリニックでは、不妊治療を一時休むことで逆に妊娠に至る例が 増加しているのです。そこに着目した幸せホルモン活性化による 「オキシトシン妊活」！

「不妊治療不妊」という言葉をご存じですか？ これは、不妊治療をすることによって、かえって妊娠するポテンシャル(=妊娠力)を落とす事態に陥ることを指します。

2024年に人工授精と体外受精に保険適用が拡大されたことから、制限はあるものの3割負担で受けられるようになりました。これは経済的な理由で不妊治療をためらってきた人たちにはかなりハードルが下がったこととなります。それはとてもよいことです。しかし、ハードルが下がった半面、不妊治療に伴う苦痛やストレスがかえって妊娠を遠ざけてしまったり、自然妊娠できる可能性を閉ざしてしまったりする事例が目立ってきています。また、妊活をがんばりすぎてストレスを抱えすぎてしまうことも同様です。

本書で紹介している「オキシトシン妊活」は「ゆるめる妊活」です。

がんばることは決して悪いことではありませんが、がんばりすぎがストレスとなってかえって妊娠しづらくなっていることもよくあることです。本書は著者がクリニックで指導している妊娠力を高める**脳ホルモン・オキシトシン**が活性化する方法を、実際の例を提示しながら自宅でも実践できるように解説しています。

妊娠しやすい体をつくる「卵巣ケア13の方法」も紹介！

妊活時によく進められるのが「葉酸の摂取」です。しかし、実は日本人で葉酸が不足している人は少なく、むしろ来院する人に目立つのが摂りすぎている人たちです。卵巣をケアして妊娠力を上げるには、日本人の摂取量が慢性的に不足している「**ビタミンD**」「**亜鉛**」に加えて「**カルシウム**」「**鉄**」です。また、性ホルモンを活発化させるためにもある程度のコレステロールが必要です。そのためには肉の摂取が効果的です。

また、薬局で手に入る漢方の効果的な使い方や妊娠力を落とす「**冷え**」の解消法など、医学的不妊治療の現場では、決して教えてもらえないノウハウも紹介しています。

クリニックで25年以上も不妊女性のサポートをしてきた名医ならではの、自宅でできる実践法を記した1冊です。

Amazonでは発売前から「不妊」ジャンルで1位となっている本書の取材などは、
下記へお問い合わせお願いいたします。

【会社概要】

会社名：株式会社ユサブル
代表者：代表取締役松本卓也(マツモトタクヤ)
本社所在地：東京都中央区日本橋蛸殻町2-13-5 美濃友ビル3F
TEL：03-3527-3669
設立：2017年2月7日
事業内容：書籍出版資本金：6,000,000円
企業サイト：<http://yusabul.com/>

書評・著者取材・情報掲載、画像提供 等 ご取材の問い合わせ先
TEL：03-3527-3669 FAX：03-4243-3564 E-mail：info@yusabul.com
株式会社ユサブル担当：松本卓也