

「ゆらぎくん」  
眠りのお助け装置ご説明資料

平成24年8月

イオム株式会社

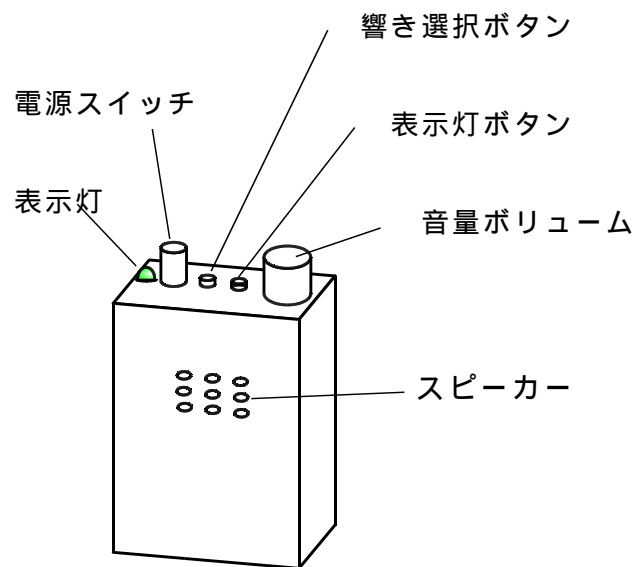
## 眠りのお助け装置「ゆらぎくん」



「ゆらぎくん」は音によって思考の集中を和らげ眠りに入りやすくする事を目指した装置です。

手のひらにおさまる程の大きさで、スピーカーから「ポーン」と音叉の様な響きの音を発生します。

この残響音に弊社の多くの技術蓄積が込められております。(PAT出願中)



### <期待している効果>

眠りたい、眠らなくては、と思っけていても、望まない思考やイメージが頭に繰り返し渦巻いて眠れそうにない時に、ゆらぎくんの音は意識の集中をやわらげてくれます。だから眠りに入りやすくなります。

- ・音楽でもなく機械的に発生させた無管理な音でもないので安心で油断していても大丈夫です、何も連想させません。
- ・何度繰り返し聞いても同じフレーズは現れないので安心です。だから、記憶されたフレーズに繋がる嫌なイメージが呼び起こされるなどの心配がありません
- ・電源は自動的に切れるので睡眠を妨げません。
- ・毎日使用しても単4電池2本で2ヶ月以上使えます。

### \* ご注意 \*

この装置は医学的に効果を証明をされているものではありません。  
開発は不安症、老人性不安症、鬱病、双極性障害に苦しんでおられる方々のご協力、ご意見を参考に行われました。

## 眠れない・・・、テレビを見るのが怖い



## 音楽を聴くのが辛い・・・

不安な気持ちや望まないイメージが渦巻いて辛い時、何かで気持ちを紛らわせたい、でも、そんな時に音楽を聴いてもラジオを聞いても、効果がないばかりかもっと辛くなってしまいます。

好きだったはずの音楽、楽しい筈のラジオ番組、辛い時に聞くとそれは全く別のものに聞こえます。なぜなら、普段何気なく聞いている音楽や会話は、実は人の心に響き、連想を呼び起こす力をもってるからです。だから、辛い時、心が弱ってる時に聴くと嫌な連想が呼び起こされもっと辛くなるのです。

そんな辛い思いをされてる方の為に、ゆらぎくんはろいろ工夫を加えてあります。でも、医療目的の治療装置ではありません。とても苦しい、辛い、と感じるときは早めにお医者さんへ相談してください。

眠れない日が続くと体力が消耗し、辛さが増し、負のスパイラルに入ってしまうです。

## 「ゆらぎくん」から出る音の種類



人間は自然界の中で発生する音の殆どを抵抗無く受け入れ心地よいと感じます。

身の回りにある「音」とは、

心地よい音

自然界の音（木の葉のざわめき、雨だれ、そよ風・・・）

小鳥のさえずり

気にならない音

好きな音楽

気になる音

人の話し声

時計の音

うるさい音

嫌いな音楽

工事の音

ゆらぎくんはこのあたりの音をもとにして作られています。それは一般に「自然界のゆらぎ」といわれるある種の「リズム」の様なものです。ゆらぎくんではそれを再現する為に、自然界の音を一旦サンプリングを行い、コンピュータで変換処理を行った後電子音にしてあります。

## 自然界の揺らぎ ⇨ 電子音



### 自然界のゆらぎとは、実は雑音です。

風で木の葉が揺れる音も、川が流れる音も、簡単に言えば雑音です。自然界で起こる雑音は特定のルールをもっていて、人間はこれを心地よいと感じます。

この雑音を別の言い方で「ゆらぎ」と言います。ゆらぎは例えば木の葉から落ちる雨だれの様に不規則で予測が付きません。川の流れも、風の音も、体内を流れる血液の音も、コンピュータで解析するとみな似たようなエネルギー分布のパターンを持っています。

「ゆらぎくん」は、東北の山奥を流れる谷川の音をサンプリングし、コンピュータで解析しました。そしてそこで得られたゆらぎのリズムを使って電子音に変換しています。雑音は一定のパターンを持たないからこそ「雑音」と言われます。音楽のフレーズの様な特定のパターンを持たず、繰り返しもなく無限に、際限なく続きます、だからそれを聞いてもそこからは何も連想されなくなります。それが「ゆらぎくん」の原理です。

ゆらぎくん の音を聞いて眠りにつこうとする時に少しうるさい音楽やラジオの方がまだいい！ と感じる様であればそれはストレスもなく心身が健康な証拠です。そんな人が使うとむしろ眠れなくなるかもしれませんのでお勧めしません。実はこの違いは大変に大きな違いなのです。

## 使い方と使用上の注意



ゆらぎくん を耳元から少し離れたところに置いて、わずかに音が聞こえる程度にします。

その状態でゆらぎくんの音のひとつひとつを「聞こう」として見て下さい。

ゆらぎの音はランダムなのでどんなタイミングで現れるかわかりません、自然界のリズムなので不快な感じはありませんが、唐突に予想もしないタイミングで音が聞こえてくるので少し驚きます。

その一瞬の驚きの間、渦巻いていたいやなイメージが少し薄まっている事に気が付くはずです。

ですから、音のひとつひとつが聞こえるごとに意識を合わせ、いやなイメージがちょっと薄まった合間に、首、肩、背中、腕・・・と順番に力が抜けていく・・・と想像してみてください。体の緊張が少しずつ弱くなって、あのなつかしい疲労感が感じられてくると思います。

### <ご注意>

ゆらぎくんの音を録音して使わないでください。著作権とか営業上の問題とかではありません。前のページで「大きな違い」と説明した様に辛い思いをされてる方の場合「録音された音を聞く」とは、「同じパターンを繰り返し聞く、」事と同じになります。そのわずかの記憶からその時の心理が蘇りそれに続くいやなイメージを呼び起こす結果になりますのでご注意ください。そこが健康な方との大きな違いです。