

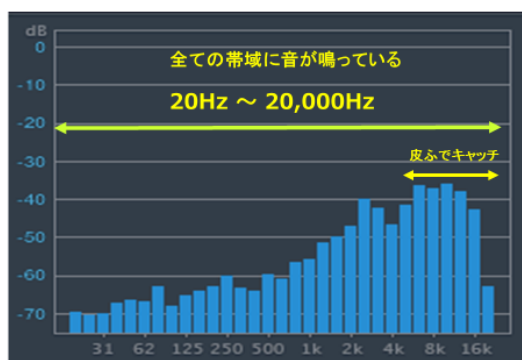
## 音は環境を快適にする力がある

音は環境を創造する大切な要素の一つです。映像は目を閉じると見えなくなりますが、音は耳をふさいでいても、容赦なく体の中に浸透する力があり、物理的な刺激です。発信源から出た音は空気中に拡散し、人の体に到達し、貫通する力を持っています。音は振動であり、縦に振動する波動として心身に影響を与える潜在力を秘めています。

### 体に心地よい自然のゆらぎ

地球の 30 億年の生命進化の中で形成されてきた人の体、自然から生まれ自然の一部ともいえる人の体にとって、自然は本当の故郷と言えでしょう。私たちの体は自然の色、音、香り、味、素材に心地よさを感じる。せせらぎの音や波の音、また心音も  $1/f$  というゆらぎの特性があり、また自然の音には倍音の成分が沢山含まれています。倍音とは楽器などが発した基音の整数倍の音のこと。自然音には  $1/f$  ゆらぎの特性と倍音がたくさん含まれており、心と体の緊張をほぐし心地よさを感じる特徴があります。

屋久島のせせらぎ 自然音の 幅広い周波数



音楽は中域成分が多い ショパンのピアノ曲 (英雄ポロネーズ)

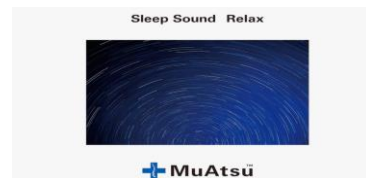


### 音の効果を科学し、実証してきたサウンドヒーリング協会が監修

体と心に与える音の影響を大学法人(国立大学法人筑波技術大学、東邦大学医学部)と組み、「幸せホルモン オキシトシンの血液中濃度の変化」「ストレスホルモン コルチゾールの、血液、および唾液中濃度の変化」「自律神経のバランスを回復」、「心の3原色の一つセロトニンホルモンへの影響」、「体の柔軟度への影響 FFD」「心理的不安の軽減への効果」「代謝への影響」などの研究と実験を重ねてきた The Society for Harmonic Science (サウンドヒーリング協会)が全体の監修を行い自然音が心と体に与える影響を提示しています。

### 代表的な実績 [スマートフォン、インターネットアプリ、YouTube、Vimeo](#)

- ・心と体を癒やすヒーリングブック用自然音 4 種類 宝島社発売 画像配信 YouTube
- ・MuAtsu Sleep Sound Performance Up& Relax 画像配信 QR コード Vimeo
- ・Podcast glenwood "Heart to Heart " by 長谷川潤 Sound Healing 自然音
- ・Honda ホンダ技研「ここちよい音」配信 YouTube
- ・ハワイ州観光局 オフィシャル YouTube 配信「おうちでハワイ 癒しのハワイ」自然音
- ・Panasonic 睡眠環境を快適にする自然音アプリマスター制作 2019 18 種類
- ・Excite Japan マインドフルネス用自然音 マスター制作 2019 20 種類
- ・Amazon Echo AI スピーカー アレクサ用スキル音源 自然音マスター 制作 8 種類



快適な眠りと、目覚めをサポートする

「**おやすみナビ**」(任意アプリ)