

デラメンタル・フィジック・シリーズ

累計販売枚数 **110万枚** 突破!!



収録曲

1. 弧を描いて -Arching Breath-
2. 水溶性 -Water Soluble-
3. 虹を追う人 -Rainbow Chaser-
4. あの空 -That Sky-
5. N2 O2 -Air-
6. 友 -Friend-
7. 寂静の海 -Calm Sea-

音楽：Mitsuhiro

品番:DLMF-3920/JAN:4 961501 652050/約58分/全7曲/価格¥1,980(税込)

日々の緊張緩和に「からだにいいおと」を。 検証を経て制作された、セラピー・ミュージック。

緊張は決して悪いことではありません。大切なのは『緊張を自覚して対処する』という事。検証結果では、音楽を聴くことで主観的な心の安定度や快適度スコアの増加が見られ、脳波測定では、個人差はありながらも聴取前と聴取中では脳波に変化が見られました。現代を生きる中で、緊張をほぐすリラックス方法の一つとして本作を取り入れてみてはいかがでしょうか。



監修：山本晴義
医学博士、横浜労災病院勤務者
メンタルヘルスセンター長

■ 音楽聴取前と聴取中の脳波解析

一般募集した30～50歳代の男女7名を対象に、音楽聴取前と聴取中の脳波を測定・解析しました。7名の被験者の内5名において、音楽聴取前は「緊張」を表すベータ(β)波が優勢でしたが、音楽聴取中は「リラックス」を表すアルファ(α)波が優勢になりました。またTDMS-ST心理アンケートでは聴取後に安定度のスコアが増加し、落ち着きリラックスした方向へ有意に変化しました。

