

# ストレスから解放されたい。

～ 振動・温熱・音楽で迷走神経へアプローチ ～

## Vagal Healer



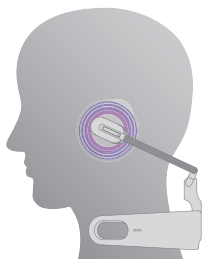
このような方におすすめ

- ◆睡眠不足の方
- ◆おなかの調子を整えたい方
- ◆ストレスが溜まりがちな方
- ◆自律神経が乱れがちな方
- ◆最近、何かと忙しい方

### 【おすすめの使用方法】

毎日1回から数回、5～10分ほどのご使用をおすすめします。

1日1回の就寝前のご使用でも睡眠導入効果は期待できます。



### 耳部へ装置

(迷走神経の刺激)

- 学習、やる気向上、集中力を高める。
- 精神状態の安定、ストレス軽減など。



### 首部へ装置

(迷走神経の刺激、胸鎖乳突筋の弛緩)

- リラックス、呼吸機能向上、消化管運動促進。

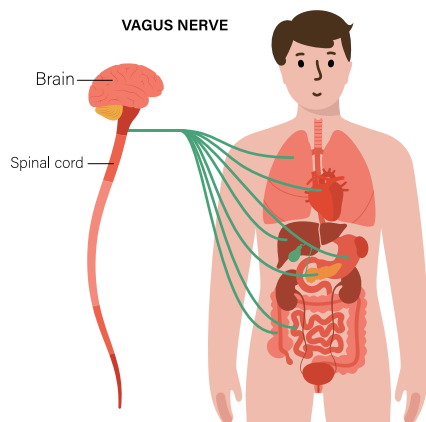
※本機器は医療機器ではありません。病気の診断・治療・治癒を目的として使用することはできません。

詳しくはスタッフまでお声がけください

## ◆迷走神経とは？

自律神経の一つである「迷走神経」は脳の延髄から、耳や目、首元の周辺を通り、心臓や胃、小腸・大腸など全身に張り巡らされています。健康な方の場合、この迷走神経や自律神経が整っていて、体のあらゆるトラブルやウイルスなどと戦ってくれる免疫が正常に働きますが、過度な緊張やストレス、腸内環境の乱れなどにより交感神経優位な状態が続いたり、睡眠不足が起こると自律神経系が乱れ、体調不良に繋がります。

特に腸に異常があった際は、脳に信号を送り、また脳から各臓器に信号が送られ解決に向けて動きだす様な働きを持つことから、これらのネットワークを「脳腸相関」という名前でも呼ばれています。



## ◆コンテンツ



### 肺活呼吸法

呼吸誘導しながら、  
迷走神経刺激し胸鎖乳突筋弛緩



### 肺活エクササイズ

呼吸と体の動かし方を  
コーチングしながらエクササイズ



### リラックス

イライラや嫌な気分を  
緩和し、リフレッシュします



### 集中

集中力を高めゾーンに入りやすい  
自律神経状態にする



### 入眠誘導

一日の活動の終わり良い睡眠へ  
誘うよう自律神経を整える



ヒーリングサウンドバイブレーション



コーチングガイダンス付きバイブレーション

## ◆基本仕様

販売名	Vagal Healer
使用部位	首部または耳部
使用時間	2～10分程度
電源	充電式(約90分で満充電)、定格入力DC 5V/1A
振動周波数	20Hz～20kHz
寸法	幅約160×奥行約155×高さ約50mm
重量	約220g
動作環境	cado sync (専用アプリケーション) : Androidバージョン5.0以上、iOSバージョン9.0以上

