



妊娠中の母親3千人分の心音データを持つ延岡市のHeart Best（ハーベスト、河野靖美社長）と、同市の22の私立保育園、九州保健福祉大の原修一教授の協力の下、母親の心音が赤ちゃんに与える影響について解説したCDブックが出版された。

横浜市の産婦人科医で、胎内記憶の研究で知られる池川明医師が執筆した「赤ちゃんが泣きやむ！ すぐ眠る！ 『ママの心音』」（マキノ出版、1400円）。A5判128ページで、赤ちゃんに胎内で聞いていた母親

# 赤ちゃん ママの心音 ぐっすり



出版された「赤ちゃんが泣きやむ! すぐ眠る! 『ママの心音』CDブック」

## ママの心音 心地よく

の心音を聞かせることが夜泣きや寝付き、ひいては母親自身の育児ストレス軽減にどのような効果をもたらすかを、母親たちの体験談を交え解説している。

CD制作に協力したHeart Bestは、妊娠中の母親からの注文を受けて心音をオーディオモードで録音しCD化、販売している。母親の心音は一人一人違うため、万人が使える

この心音の効果を確かめるのに協力したのが、延岡市の私立保育園。園を通じて約1500世帯にアンケート用CDを配布し、子どもの反応だけでなく母親の気持ちの変化などについて聞いた。

よう同社の持つ3千人に及ぶ母親の心音の心拍数や周波数を分析。リラクセス効果の高い音だけを抽出・加工して作った。

## CDブック発売 ハーベストやど 九保大など

同CDには、複数の心音に加え、心音にオルゴール曲を加えたものなど、いくつものパターンを収録した。

アンケート結果の分析には、心音が母子に与える影響について研究している原教授が協力。原教授によると、最も好評だったのは、1秒間に約1回のリズムを打つ音で、さらに母子ともにオルゴール曲に心音を加えたものが最も心地よく感じたという。

こうした大規模な調査を経て完成したCDは、バッハ「G線上のアリア」や童謡「ゆりかごのうた」などオルゴールの7曲と心音を重ねている。河野社長は「赤ちゃんが寝ないというのは、親にとつて切実な問題。母子ともに穏やかな気持ちになれる一助になれば」と話している。

問い合わせはHeart Best ☎09882(26)0577。