

Scishop DREAMTEAM

研究テーマ案

2008.10.6

Y.Ohta

目的

- 好きな夢を見たい！
- 夢をコントロールを目的にしたい。
- 好きな夢を見るための条件・コツを絞ることはできるだろうか？



2004年にタカラより「夢見工房」なる商品が発売されていた。
まずはこの商品について詳しく調べてみる。



夢見工房

(タカラ、2004年、現在は販売中止)

- **みたい夢をみるための睡眠環境をつくり、“自分の憧れる世界を夢の中で実現したい”という「夢」にチャレンジした商品。**
- **睡眠中に好きな記憶を呼び出す働きかけをする5つの機能**
 - ①視覚情報入力機能
 - ②芳香剤発生機能
 - ③BGM機能
 - ④ボイスレコーダー機能
 - ⑤目覚め機能



<http://plusd.itmedia.co.jp/lifestyle/articles/0401/14/news047.html>

夢見工房詳細

<夢見工房 商品概要>

○商品名	「夢見工房」
○希望小売価格	14,800円(予備/消費税別)
○発売日	2004年5月下旬(予定)
○商品内容	・本体 ・芳香剤 ・夢を記録するノート ・アドバイスブック ・ACアダプター
○商品サイズ	H:約35×W:約22×D:約22 (cm)
○ターゲット	20代以上の男女
○著作権表記	(C)TAKARA CO., LTD. 2004
○販売ルート	全国有名百貨店・全国有名玩具店 他
○販売目標	初年度30万個

夢日記？

習慣づけが必要そう
なので幼児にはきび
しいか



みたい夢に近づけるためのポイント

(タカラ資料より抜粋)

- ①寝る前に心配事を整理しておく
- ②みたい夢のイメージを意識化する ex. 写真
- ③睡眠をとる環境を整えて眠りにつく。 ex. 光アロマセラピー、音楽
- ④睡眠中に、みたい夢を暗示させる。 ex. 音声
- ⑤心地よい目覚めが迎えられる環境をつくる。 ex. 光、音
- ⑥自分がみた夢を記録する習慣を付け、思い出しやすくする。

資料中の気になった一文

- 人間にとって「睡眠」は、体や脳に休息を与える、欠かすことのできない大切なものです。「心地よい睡眠というのは、いい夢も悪い夢も思い出さない程ぐっすり眠ること。」（松田先生談。）

あれ？好きな夢を見ると
いう商品じゃなかったっ
け？

夢見工房の効果のほどは。。。。

- 思った通りの夢を見れた回数は未使用時と比べて3.7倍（信頼できる数字かどうかはわからない）

↑ 出典のページをメモし忘れてしまった

また使用レポートは「個人差があります」の一言であまり、有用ではない（8/23の平川資料より）

- これが正しいとするとやはり睡眠直前～睡眠中の環境が夢に影響する可能性が高い。

➡ 睡眠時の環境を操作することで夢のコントロールに近付けるのでは？

結局。。。。

- 夢見工房に頼らずとも同様のものは用意できる？

- 睡眠時の環境を変化させることで見る夢に変化がでるかを実際に試してみることはできるのでは？

➡ ただし、時間がかかる上にうまく条件を絞らないと実験自体が複雑になる恐れがある

- 個人的に気になること

逆に悪夢を見たい時にはどうすれば？

参考資料 & web

- Itmedia

<http://wiredvision.jp/archives/200401/2004012701.html>

- 夢見工房資料

http://www19.atwiki.jp/scidream?cmd=upload&act=open&pageid=12&file=p040114_1.pdf

- <http://www.watch.impress.co.jp/game/docs/20040930/toy159.htm>

- http://plusd.itmedia.co.jp/lifestyle/articles/0401/14/new_s047.html

SciDream @wiki(仮)がopenしました



scidream@wiki

トップページ

メニュー

- ▶ [トップページ](#)
- ▶ [プラグイン紹介](#)
- ▶ [まとめサイト作成支援](#)
- ▶ ツール
- ▶ [メニュー](#)
- ▶ [メニュー2](#)

リンク

- ▶ [@wiki](#)
- ▶ [@wikiご利用ガイド](#)

他のサービス

Scishop DREAMTEAM @wiki (仮)



更新履歴

2008-10-04

- ▶ [議事録](#)
- ▶ [活動報告](#)
- ▶ [Report](#)
- ▶ [トップページ](#)
- ▶ [リンク](#)
- ▶ [本田メモ](#)
- ▶ [コメント](#) [谷口](#)

2008-10-03

- ▶ [メニュー](#)
- ▶ [右メニュー](#)
- ▶ [プラグインニュース](#)
- ▶ [まとめサイト作成支援](#)
- ▶ ツール
- ▶ [プラグイン編集履歴](#)
- ▶ [プラグインアーカイブ](#)

- URL:
<http://www19.atwiki.jp/scidream/>

前回のミーティングの議事録
やコメントもアップしていま
す。
一度ごらんください。