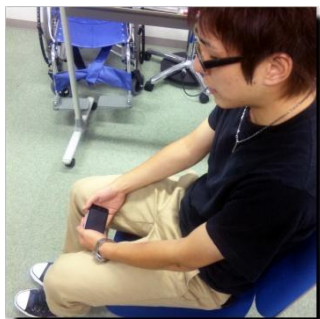


iPhoneを利用した座禅・瞑想ソフトの試作

東北福祉大学 情報福祉マネジメント学科 大内 誠 研究室

私たちの研究グループでは、福祉領域で活用する様々なITソリューションの開発を行っており、今回は「iPhoneを利用した座禅・瞑想ソフト」の試作1号機を展示いたします。

研究の目的



座禅を行っている様子

■ 私たちは日々大きなストレスにさらされながら生活をしています。適度なストレスは、生活にめりはりをもたらしますが、過度のストレスは精神的・肉体的な病を引き起こす可能性があります。

■ 座禅や瞑想、ヨガなどの抗ストレス作用は脳科学的に証明され、さらには精神療法としても認知されつつあります。しかしながら、一般の人たちは、どのように座禅を行ったらよいのか皆目見当もつかないことでしょう。

■ そこで、私たちはiPhoneを使って、いつでもどこでも手軽に座禅や瞑想が行えるアプリを開発しました。

アプリの構成

■ 座禅チュートリアル・ムービー — 正しい座禅の方法について、ビデオを使って分かりやすく解説します。座禅の未経験者でも、本格的な座禅の方法について学ぶことができます。



■ リラックス・ムービー・プレーヤ — リラックス効果のある映像を沢山用意しました。本来、視覚や聴覚からの刺激は座禅や瞑想の妨げになりますが、座禅の入門者にとっては感覚遮断そのものが雑念を発生させる要因となる可能性があります。まずは、このような単純な刺激を使いながら座禅に慣れるのがよいでしょう。



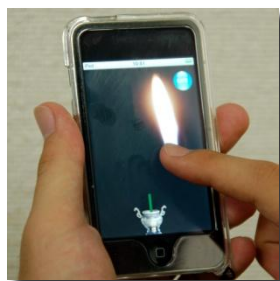
iPhoneを利用した座禅・瞑想ソフトの試作

東北福祉大学 情報福祉マネジメント学科 大内 誠 研究室

■ 座禅修行その壱 — iPhoneを手にとって座禅を行うアプリです。身体が揺れると画面上の修行僧が傾きます。できるだけ傾かないように、iPhoneを水平に保ちます。規定の時間が経過すると、揺れの度合いを折れ線グラフで表示してくれます。



■ 座禅修行その弐 — 画面にタッチすると指先から炎が現れますので、炎を動かし線香に火を付けます。iPhoneを動かすと、線香の煙も左右に動きますので、できるだけ揺らさないようにします。



東北福祉大学 大内誠 研究室

その他、私たちの研究室では障害のある方や高齢者が利用できるさまざまなIT機器の開発を行っており、産学官連携事業にも積極的に取り組んでいます。



■ 3DCGを用いた手話学習ソフト(聴覚障害者とそのサポート向け)



■ 3次元仮想聴覚ディスプレイを用いた視覚障害者の歩行訓練システム(東北大、産総研等との産学連携事業)



■ 点図ディスプレイを用いた触覚アニメーション制作ソフト(視覚障害者向け)