

神経科学に基いた音楽 リスニングセラピー

究極の脳の健康を目指すた
めに開発されました



TLPの世界によろこそ

科学的根拠に基づいた薬物を使用しないセラピーで、自然な発達上のアプローチを通して脳をサポートします。

Listening Program® (TLP) は、神経科学に基いた音楽リスニングセラピーで、音響処理された音楽を聴くことにより脳のパフォーマンスを向上させる事を目的としています。年齢や能力に関わらず、個人に合わせたプログラムで1日僅か15分間からのリスニングです。

解決策がここに

TLP は個人の必要に応じたトレーニングを提供します。必ずやあなたの目的の分野に向けての解決策を見つけることができるでしょう。



リハビリ



感覚処理



実行機能



コミュニケーション



学習



社会性と感情



ストレスマネジメント



集中力



運動能力



記憶力



健康



問題解決力



睡眠

リスニングプログラム (TLP)とは？

音楽は私達の暮らしの中で大きな力を持っています。
聴いている音楽一つで気分が一変することもあります。
健康全体にも音楽は大きな影響を与えます。脳の聴覚野だけでなく、神経系を含む広範囲にわたる神経回路網に影響を与えます。
音楽は感情に、精神に、そして身体的にも影響を与えます。

TLPの音楽は、効果がある
と同時に聴くことの喜びを
与えてくれます。

リスニングを楽しみましょう

TLPの音楽は効果があるのみならず、聴いて心地よい音楽です。応用音楽の研究で権威ある先駆者たちによって開発されたTLPは、脳の様々な機能を向上させることを目的としています。脳全体の健康、感覚処理機能、発達段階でのマイルストーンとなる段階を達成すること、ストレスレベルを下げることなどをサポートしていきます。

目標が何であれ、TLPと音楽リスニングセラピーはあなたの求める解決策を提供することができます。

世界に広がるTLP

TLPは世界35か国以上、何十万人もの人々に信頼され、使われています。国際的な訓練されたプロバイダーのネットワークがあり、TLPを必要とする家庭にお届けしています。TLPプロバイダーは世界中で家庭や学校、病院、施設などでTLPを提供しています。企業やスポーツ関係、音楽関係、また軍関係でも活用されています。

TLPの音楽

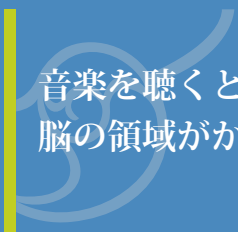
脳は音楽的です。

神経科学によって、音楽を聴くと実質的に脳全体がかかわっていることが脳機能イメージングを利用して証明されました。

音楽を聴くと、聴覚野のみでなく脳全体に広範囲にわたって神経ネットワークが係わってきます。

それは、前頭前野、運動野、感覚野、聴覚野、視覚野、小脳、海馬、扁桃体、側坐核、脳梁、自律神経系、前庭系、腸神経系におよびます。

TLPの音楽は神経系の奏でるシンフォニーを指揮する助けをします。そのシンフォニーは脳の最も古い部分から最も進化した最新の部分まで繋ぐのです。



音楽を聴くとき、ほとんど全ての
脳の領域がかかわってきます。

効用のある音楽

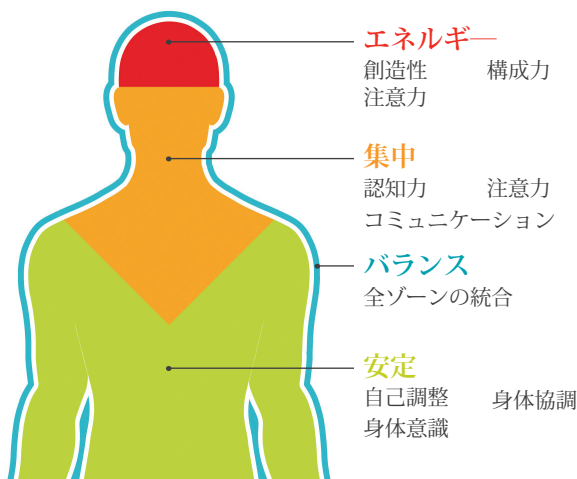
TLPの基礎は、オリジナル録音の美しいクラシック音楽です。受賞経験のあるアルカンジェロ室内アンサンブルによって演奏されています。

最もライブ演奏に近い高品位録音（HD）、TLPのみに使用可能なSpatial Surround®（スペイシャル・サラウンド）録音の音楽です。

この技術により、リスナーは360度全方向から音楽に包み込まれる体験ができます。これは自然環境の中で体験するリスニングに最も近いものです。完璧な音楽でトレーニングをより効果のあるものにします。

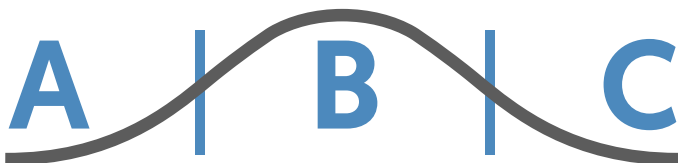
トレーニングゾーン

音は周波数によって人間の脳の様々な領域とその機能に影響を与えます。TLPの音楽は、人間の可聴範囲を4つの周波数帯ゾーンに分けて脳をトレーニングします。それによってボトムアップの感覚入力とトップダウンの知覚応答の脳機能を鍛えます。各音楽モジュールは、トレーニングするゾーンに対応する色で、グリーン、オレンジ、レッド、ブルーと色分けして表しています。



ABCモジュラーデザイン

TLP独自の「ABCモジュラーデザイン™」によって、リスナーは異なるレベルの音楽トレーニングにスムーズに導かれていきます。各セッションは脳を効率良くトレーニングできるように、ウォームアップ、ワークアウト、クールダウンと、音楽によって導かれていきます。



TLPの音楽は、9分または15分のモジュールで構成されています。一つのモジュール内で、“A”—脳をリラックスさせて“B”の集中したトレーニングに備え、“C”に入り集中と同時にリラックスした状態で終了します。



リスニングの方法

TLPカスタムプレイリスト

TLPカスタムプレイリストで専用のリスニングトレーニングを体験しましょう。生涯にわたって身体機能や技術を発達させるために使い続けることができる音源です。

iPodタッチの便利さで、このシステムは個人個人のニーズに合い、同時に家族全員で活用することができるコアプログラムを搭載しています。

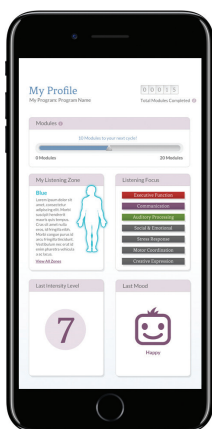


TLPオンライン

TLPオンラインは、会員登録してインターネット上でプログラムを聴くシステムです。個人又は家族のプランが選択でき、メンバー一人一人に目的に合った専用のプログラムが提供されます。

パソコン、タブレット、スマホでインターネット環境のある所からどこでもアクセスできます。

iOS とアンドロイドの無料アプリでより便利にアクセスできます。



より良い生活への解決策

プロバイダーがあなたの目的に合ったリスニングプランを提案します。まず推奨のコアプログラムから始め、必要に応じて補助的なプログラムを追加することができます。

TLPコアプログラム

スペクトル

生活環境の中でより居心地よく過ごせるサポートをします。感情のコントロール、落ち着き、微細および粗大運動技能の発達をサポートします。

アチーブ

より良い記憶力、学習能力、コミュニケーション能力及び高度な実行能力、判断力をサポートするた目のプログラムです。

レベルワン

スペクトルとアチーブでトレーニングした分野をさらに継続して維持、サポートしていくための、高度なトレーニングです。レベルワンには、音楽のみのものと、自然音が入っているものの2種類あります。

インタイム

集中力、ストレス応答、脳と身体のつながりの強化などの分野に刺激を与えるリズムベースの音楽です。ドラム、体、声を使って動きを伴うアクティビティも推奨されます。

スリープジニアス

音楽と感覚神経に働きかける音による、より良い睡眠のためのプログラム。以下の音源が含まれます。

- ・睡眠用4種
- ・リラックス用
- ・パワーナップ（昼寝）用

サウンドヘルス

学習や脳機能の発達、健康全般を目的としてレコーディングされたクラシック音楽です。

全年齢を対象にしたこのシリーズには下記のアルバムがあります。

- ・ディ・ストレス
- ・インスピレーション
- ・リラックス
- ・モチベーション
- ・シンキング
- ・コンセントレーション
- ・ラーニング
- ・マキシマムフォーカス
- ・プロダクティビティ
- ・ピークパフォーマンス

ミュージックフォーベイビー

ミュージックフォーベイビーシリーズは受賞歴のある赤ちゃんのための音楽です。クラシック、民族音楽、子守歌や童謡が赤ちゃんの脳の発達を促すようアレンジされていて、同時に赤ちゃんを育む音環境を整えます。

下記の4つのアルバムがあります。

- ・スリーピーベイビー
- ・チアフルベイビー
- ・ピースフルベイビー
- ・プレイフルベイビー

TLPスペシャル

特定の周波数ゾーンのトレーニングをターゲットとしたアルバム。コアプログラムの補助、ヘッドホントレーニングや他の療法に付属して使います。

リスニングを最高の ものにするために

WAVES（ウェイブズ）は、骨導付きの多感覚オーディオヘッドホンシステムです。

TLP（The Listening Program®）をより効果的に聴くために開発されました。

WAVESはリスニング効果を加速し、より大きくします！

WAVESは2つの自然な音の聴き方を通して一耳を通しての気導と頭からの骨導によって一現在のヘッドホンで最大限可能な、より深く没頭できるリスニング体験を提供します。

骨導のメリット

ストレスの軽減と「闘争逃避反応」の制御をサポートし、穏やかでリラックスした状態を保つことを助けます。特に感覚過敏のある人に役立ちます。

二つのリスニング、両方の方法で知覚認識や、姿勢と身体バランス、筋肉運動、運動能力を司る脳機能をサポートします。

TLP®を気導、骨導の両方から聴くことで、内側と外側両方から音の刺激を受けることができます。それによって音声認識と言語、コミュニケーションの発達を促します。





インタイムで、自分のビートを持とう

inTime

熟練した専門家によって制作されたインタイムは、唯一のリズムベースの音楽療法であり、同時にオーガニックに編集されたオリジナル作品です。インタイムはワールドミュージックのジャンルに入る、多様な打楽器、弦楽器、管楽器で構成され、リズムのパワーと音の周波数帯が強調されています。インタイムは個別のプログラムで、リスニングと楽しいアクティビティーで体やドラム、声を使って自分のビートを保ちます。日常生活のリズムに乗るトレーニングを提供します。

リズムと脳

脳の健康と、脳一体の連携は、リズムに依存するところが大きいです。神経科学の解明したところによると、音楽は他のどの活動にも増して脳の多くの領域に参与します。そしてリズムは音楽の最も重要で基礎的要素なのです。子供からティーン、成人までリズムベースのインタイムトレーニングを楽しく行うことができます。リズム認識、集中、タイミングの正確さ、ストレス応答などの高度な脳機能を発揮するための良い刺激を与えます。脳の健康と脳一体の連携が向上すると同時にこれらの高度な機能も向上します。

インタイムの音楽

インタイムのオリジナルワールドミュージックは全てナチョ・アリマニによって作曲・演奏されています。録音は高品位(HD)で、自然な環境で行われました。この独自の音楽は世界中の異なる文化からの(西アフリカ、中近東、南アメリカ、アジアなど) 100以上の楽器が組み合わせられ、美しく力強い、そして効果のあるインタイムの音楽が創られました。



はじめよう

TLPプログラムは簡単にスタートできます。プロバイーに連絡を取りあなたの目的が明確になったら適切なプログラムを選んで開始です。

リスニングの準備ができれば、プロバイダーは個別のリスニングスケジュールを用意し、あなたのリスニング状況をモニターします。最良の結果が得られるよう、必要に応じて変更やアドバイスも行います。

年齢にかかわらず、美しい音楽が毎日のリスニングを楽しいものにしてくれます。

リスニングは簡単で楽しい



ヘッドホンをつける



プレイボタンを押す



その日の音楽を聴く

ABT社

Advanced Brain Technologies (ABT) 社は1998年、アレックス・ドーマンによって設立されました。神経科学に基づく、あらゆる年齢の脳機能を改善する革新的な音楽プログラムを開発する、この業界をリードするニューロテクノロジーの会社です。ABT社はドーマン家3世代、75年の歴史を基盤に、人の発達と脳機能の向上のためにこの分野の先駆者として貢献してきました。

製品とサービス



変化をもたらす

独自の音響心理学的に調整された音楽、先進の音響技術、クラウドベースのプラットフォーム技術、モバイルアプリの開発、研究と教育、などで利用者に良い変化をもたらす製品開発を情熱を持っておこなっています。



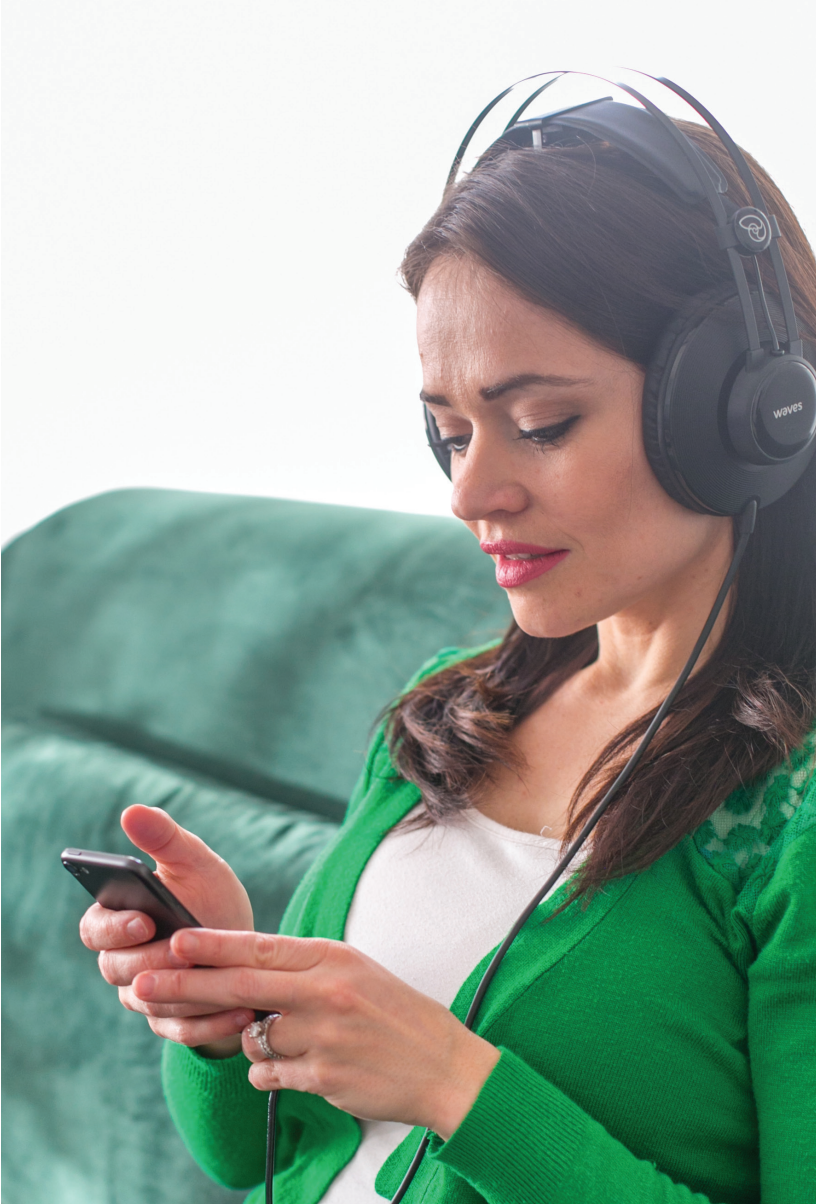
先進の製品

ABTで開発した製品ですでに有名なものがあります。例えば「スリープジュニアス」は、NASAの宇宙飛行士の睡眠をサポートするために開発され、健康部門でナンバーワンのアプリです。「ブレインビルダー」は脳トレのオリジナルソフトです。また、「サウンドヘルス」、「ミュージックフォーベイベー」シリーズは、脳の健康と発達のための全ての年齢層に役立つCDコレクションです。



科学に裏打ちされた

ABTの提供するプログラムと製品群は、全て何十年にもわたる研究開発に基づくものです。その効果は子供から大人まで、広範囲にわたる使用で、20以上の独立した研究と集計で実証されています。



TLP日本総代理店NATURAL LBL 2
長野県小諸市与良町1-2-10

advancedbrain.com



ADVANCED BRAIN
TECHNOLOGIES