

驚愕...

スマホ操作で生じるストレスは「満員電車以上」！！



誰しもが持っているスマートフォン。

スマートフォンユーザーなら誰しも一度は電波が悪くてエラーになってしまったり、画面を触っても反応なしで**イライラ**したことがあるはず。なんとそのストレスは**満員電車以上**だという結果が発表されたのです！

その他にも、1日中スマホを触っていませんか？

ゲームにはまったり、LINEで恋人とコミュニケーション。美味しいものを食べたらカメラで撮影、SNSに即アップ。友達のコメントに返信したり、近況に「いいね」したり.....。

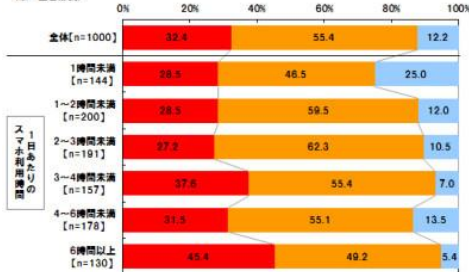
「スマホ女子が抱える**「過緊張」**による**「冷え症と不眠」**に関する調査」によると、

スマホを使っている時間が長い人ほど、**「ストレスを感じている」**と回答していることがわかったのです。

なぜスマホのヘビーユーザーは「ストレス」が取れにくいとされています。

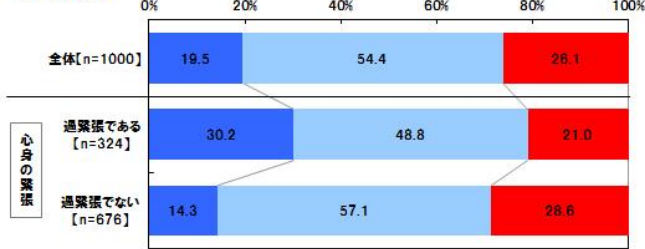
その一端に**ブルーライトによる自律神経や脳への刺激**、また良質な睡眠をとりにくいことにある、と発表されています。また、それによって、冷え症や不眠症への関係性も指摘しています。

◆心身の緊張やストレスの状態ほどの程度か (単一回答形式)



■心身の緊張やストレスがあり、リラックスしようとしてもできない
■心身の緊張やストレスはあるが、リラックスしようとしたらできる
■心身の緊張やストレスはない

◆どの程度の冷え症か (単一回答形式)



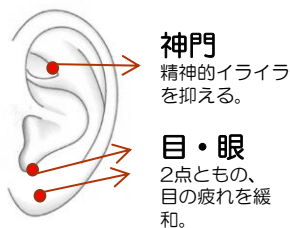
■重度の冷え症である ■軽度の冷え症である ■冷え症でない

そんなスマホ疲れのあなたに...

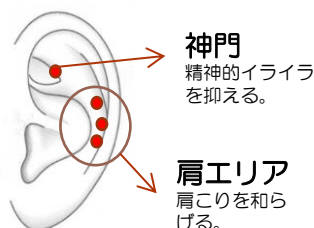
耳ツボジュエリーでストレスフリーを手に入れましょう！



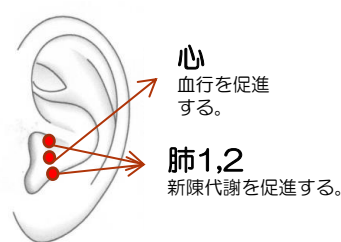
ストレス



目の疲れ



肩こり



冷え性