

# MEGA BRAIN

---

使い方マニュアル

# メガブレイン使い方マニュアル 目次

はじめに.....	2
バイノーラルビートとは.....	2
インストール.....	2
ダウンロード版の場合.....	2
CD-ROM 版の場合.....	3
起動の仕方.....	3
Windows Vista をお使いの場合.....	3
それ以外の Windows をお使いの場合.....	3
ライセンスキー入力.....	4
各画面の説明.....	6
メニューバー.....	6
脳波設定.....	7
環境音設定.....	8
サンプル音設定.....	8
タイマー設定.....	8
メガメモリー設定.....	9
ブレインシンクの使い方.....	10
誘導する脳波の設定手順.....	10
環境音の設定手順.....	10
サンプル音の設定手順.....	11
タイマーの設定手順.....	12
メガメモリーの使い方.....	12
トラブルシューティング.....	14
音が割れてしまう.....	14
作成したサンプル音が再生されない.....	14
お問い合わせ.....	15

## はじめに

このたびはメガブレインをご購入いただき、まことにありがとうございます。人間はどんな時でも常に「脳波」が出ています。メガブレインは、記憶力や集中力が高まっている時に出ている脳波を意図的に誘発し、効率のよい学習や潜在能力を開発するのに効果的なソフトです。メガブレインをご活用いただき、ぜひ人生の成功をつかんでください。

## バイノーラルビートとは

バイノーラルビートは 1839 年に発見され、1973 年ごろから有名になった能力開発の手法で、科学的にも効果が実証されてきています。

自然界では、近い周波数の音が同時になると、その差がうねりとして聞こえてきます。バイノーラルビートは左右の耳から異なった周波数の音を流すと、脳の働きの結果、左右の音の基本周波数の差と平均がうねりとして聞こえてきて、脳波もそれに近づいていくという現象です。

子供は大人よりも一般的に記憶力が高いとされていますが、その原因の一つとして脳に断続的に現れるシータ波 (4-7Hz) が指摘されています。

バイノーラルビートを使ってシータ波が出やすいようにすることで、学習効率を改善するという試みは広く行われ、さまざまな成果が報告されています。

1970 年代はアルファ波が記憶の定着に重要な役割があるのではないかと言われていましたが、最近の研究では、シータ波が定期的に現れ左脳のフィルタリング機能が低下する状態になることがより重要であるということがわかっています。ただ、実際にシータ波のバイノーラルビートだけを聞くと注意力が低下したり眠くなる場合があります。

テープを聴くだけなら良いのですが、読書や作業には不向きになることがあります。メガブレインでは複数のバイノーラルビートを組み合わせることで、従来商品の問題点を解消しています。

## インストール

### ダウンロード版の場合

購入時に入力して頂いたメールアドレスに、ダウンロード先 URL アドレスをお送り致します。(http:// から始まります) こちらを、クリックして頂くか、Internet Explorer などのインターネットブラウザソフトウェアで開いて頂くと、本ソフトウェアのインストーラ (Setup\_Japanese.exe) がダウンロードできます。

デスクトップなどの適当な場所に保存 (ダウンロード) して、ダブルクリックで実行してください。インストールが開始されます。



インストーラ画面では、右下の「次へ」を押していき、指示にしたがってください。よくわからない場合は、特に何も変更しなくても問題はありません。

途中、使用ライセンスの規約を表示しますので、よくお読みになり、同意して頂ける場合は「同意する」にチェックしてください。(同意して頂かないとインストールできませんのでご注意ください)

また、ダウンロードして頂いたインストーラ (Setup\_Japanese.exe) を保存しておく と PC 変更時や故障時など、再度インストールが必要な場合に便利です。

## CD-ROM 版の場合

購入時に入力して頂いたご住所に、本ソフトウェアの CD-ROM と、ライセンスキーが書かれた紙が入ったパッケージをお送り致します。

中の CD-ROM を、PC のディスクトレイに入れて頂くと、自動的にメニューが表示されますので、「メガブレインのインストール」を選択してください。インストールの手順はダウンロード版と同様です。

## 最新版へのアップデート

インストールを行った後は、必ず最新版へアップデートしてください。

アップデート用のプログラムは、以下のページにてダウンロードできます。

<http://www.internal.co.jp/products/training/megabrain/update/>

上記ページを開き、日付の一番新しいものをダウンロードしてください。

アップデートする前に、メガブレインが起動している場合は終了してください。

ダウンロードした Update.exe を起動して、アップデートを完了してください。なお、既にインストールされている本製品をアンインストールする必要はありません。

## 起動の仕方

### Windows Vista をお使いの場合

Windows マークを押して、「すべてのプログラム」、「Megabrain」とカーソルを合わせて、Megabrain を開いてください。



### それ以外の Windows をお使いの場合

スタートボタンを押して、「プログラム」、「Megabrain」とカーソルを合わせて、メガブレインを開いてください。

## ライセンスキー入力

A screenshot of the 'ライセンス情報' (License Information) dialog box. The dialog box has a title bar with a close button (X). The main text reads: 'Megabrainをご利用いただきまことにありがとうございます! この商品を利用し続けるためには、アクティベーションが必要です。購入したライセンスキーを入力して送信ボタンを押してください。' Below the text are two input fields. The first is labeled 'お名前' (Name) and contains the text 'internal'. The second is labeled 'ライセンスキー' (License Key) and contains the text '12345 - 678910'. There is a '送信' (Send) button at the bottom right of the dialog box.

まだライセンスキーを入力していない場合、起動する際に、左のようなライセンスキー入力画面が表示されます。

ライセンスキーは、ダウンロード版の場合、お送りしたメールに書かれています。CD-ROM 版の場合、パッケージに、ライセンスキーの書かれた紙が同封されています。

お名前と、ライセンスキーを入力して「送信」を押してください。

「不正なライセンスキー」と表示される場合、最新版にアップデートしてから、もう一度ご入力ください。

## 【ご注意】

---

1つのライセンスキーを2台以上のPCで使用すると、メガブレインを起動できなくなります。

ライセンスキーは、1台につき1つ必要です。使用するPCの台数を増やしたい場合、その台数分のライセンスキーを追加購入していただく必要があります。

また、ライセンスキーを他のPCに移行したい場合、下記ページをご覧ください。

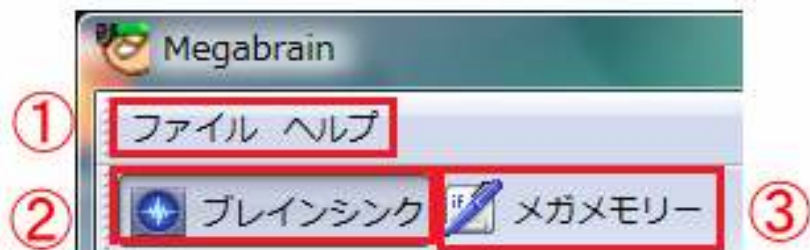
[http://www.internal.co.jp/support/all\\_migration.phtml](http://www.internal.co.jp/support/all_migration.phtml)

## 各画面の説明

本ソフトウェアを起動した時に表示される画面です。

この画面は、上部メニュー（「ファイル」「メニュー」）、「ブレインシンク」、「メガメモリー」からなり、各画面で共通するものです。

### 各ページ共通部分

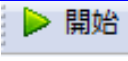
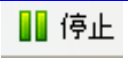



#### ①メニューバー

ファイル	環境設定	オーディオデバイスの設定を行います。
	閉じる	メガブレインを閉じます。
ヘルプ	ヘルプ	ヘルプを開きます。
	1000円割引券	1000円割引券を表示します。どなたでもお使いいただけます（3980円以上の商品に限ります）。
	テクニカルサポート	よくある質問と回答が記載されているサポートページへジャンプします。
	バージョン情報	メガブレインの現在のバージョンを表示します。
	リリースノート	アップデートの履歴を表示します。

## ②ブレインシンク

ブレインシンクには、「脳波」「環境」「サンプル」の設定画面があり、それぞれ独立して設定することができます。「開始」「停止」「×（標準の設定に戻す）」は、これら3つの再生音に共通した操作です。

 開始	設定した音を再生します。
 停止	再生されている音を停止します。
	設定をすべて元の状態に戻します。

### 脳波設定

マスター	音量	マスターボリュームです。 全体の音量を調節します。
ビート音	サウンドの種類	お好みのサウンドの種類を選択します。
	基本周波数	サウンドの種類で設定した波形の基本的な周波数を、1hz 単位で調節することができます。
	脳波	誘導したい脳波を、1hz 単位で調節することができます。
	音量	ビート音の音量を調節することができます



### 脳波の種類

- ・ **デルタ波** >4Hz 夢を見ない深い睡眠状態
- ・ **シータ波** 4-7Hz 夢を見ている状態
- ・ **アルファ波** 7-13Hz リラックスした状態
- ・ **ベータ波** 13-40Hz 活発に活動し、思考を行っている状態
- ・ **ガンマ波** >40Hz 注意している状態、論理的な思考を行っている状態

## 環境音設定

環境音	種類	音の種類を選択します。
	ファイル情報	「種類」で選択した音のサンプリング周波数が表示されます。
	音量	環境音の音量を調節します。

## サンプル音設定

サンプル再生	種類	サンプル音の種類を選択します
	ファイル情報	「種類」で選択した音のサンプリング周波数が表示されます。
	音量	サンプル音の音量を調節します。
	ループの間隔	サンプル音がくりかえされる間隔を設定します。
アフアーメーション		アフアーメーションの言葉を選択します。
	ファイル情報	アフアーメーション音声のサンプリング周波数が表示されます。
	音量	サンプル音の音量を調節します。
	ループの間隔	アフアーメーション音声がくりかえされる間隔を設定します。

## タイマー設定

タイマー	任意の時間を指定します。たとえば 10 分間使用したければ、「0 : 10 : 00」と設定し、「開始」ボタンをクリックするとカウントダウンを始めます。タイマーが 0 秒になると「アラーム音」で設定した音が鳴ります。
ストップウォッチ	ストップウォッチ機能です。 ご利用時間の目安にお使いください。

### ③メガメモリー

現在の設定	音量	メガメモリー再生音の音量を調節します。
	遅延時間	自分の声は何秒遅れて聞こえるかを設定します。
再生エフェクト	ディレイ効果	ディレイエフェクトの ON/OFF を設定します。
	ディレイ	“こだま”の反響間隔を設定します。
	ゲイン	“こだま”の音量を調節します。
	フィード	“こだま”の減衰音量を調節します。

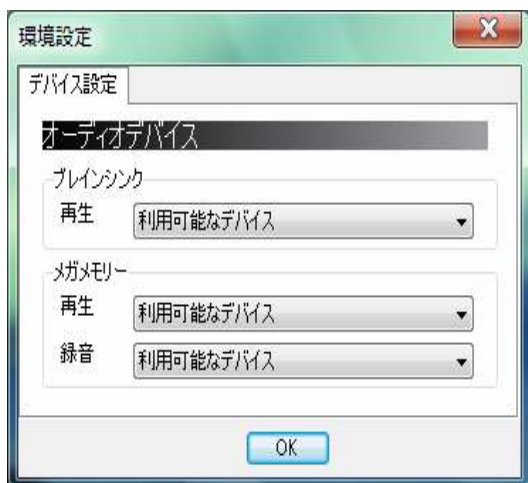


#### メガメモリーの便利な使い方

メガメモリーをご利用になる際は、USB 接続などのヘッドセットがあると便利です。

【ファイル】メニュー→【環境設定】→【デバイス設定】から、「再生」「録音」で使用する各デバイスを選択することができます。

(メガメモリーの使用手順→P12)



## ブレインシンク 使い方の手順

メガブレインのメイン機能である、ブレインシンクの使い方についてご説明します。

ブレインシンクとは、世界中の医師や心理学者から最も信頼されている、脳のオーディオ技術です。実際にアメリカの病院でも使用されているもので、臨床テストでは95%の成功率を誇っています。長年の研究の結果、右耳から入ってくる音の周波数と、左耳から入ってくる音の周波数が異なる場合、その脳に入ってくる音波の差が、脳に刺激を与えるということが発見されました。現在では、実際に心理療法に取り入れられている技術です。

### 手順① 誘導する脳波を設定する

1. 「脳波」アイコンをクリックし、脳波設定画面を開きます。

2. 「ビート音」でサウンドの種類を選択します。

ここでは「サイン波」を選択しています。

3. 基本周波数は 140hz を基準とし、調整してください。

4. このマニュアルの P7 を参考に誘導したい脳波を設定してください。

ここではアルファ波を誘導したいので、10hz としました。

5. お好みで音量を調節してください。後で「環境音」「サンプル音」なども足していく場合は、脳波音量は少し下げしておく方がいいでしょう。

### 手順② 環境音を設定する

1. 「環境音」アイコンをクリックし、環境音設定画面を開きます。

2. 「環境音」でサウンドの種類を選択します。

3. お好みで環境音の音量を調節してください。



### 手順③ サンプル音を設定する

1. 「サンプル」アイコンをクリックし、サンプル音設定画面を開きます。
2. 「サンプル再生」の「種類」でサンプル音の種類を選択します。  
ここでは「沙張リン」を選択しています。
3. お好みにサンプル音の音量を調節してください。
4. サンプル音のくりかえし（ループ）の間隔を設定してください。  
図の設定では、1秒間隔で沙張リンの音がくりかえし流れます。
5. アファーマーションを流したい場合は、ここで選択してください。
6. お好みにアファーマーションの音量を調節してください。
7. アファーマーションのループ間隔を設定します。図の設定では、2秒ごとにアファーマーションがくりかえされます。



## 手順④ タイマーの設定方法

1. タイマーを設定したい場合は、「タイマー」アイコンをクリックします。
2. タイマー機能を利用するか、ストップウォッチ機能を利用するかを選択します。
3. タイマー機能を使用する場合は、時間を設定します。
4. アラームとして、何の音を使用するか選択します。  
図では「沙張リン」を選択しています。
5. 「開始」ボタンで動作がスタートします。



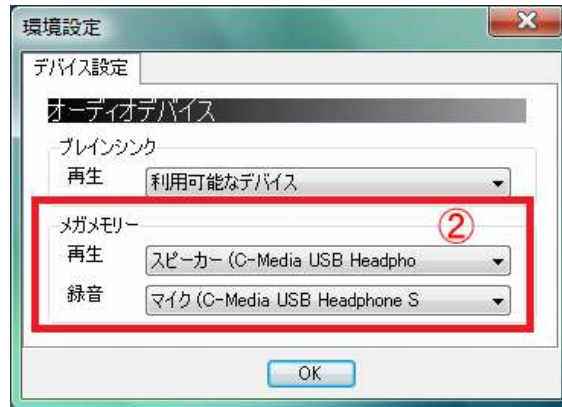
## メガメモリー 使い方の手順

メガメモリーは、自分の声を一定時間が経過した後にフィードバックさせる機能です。自分でしゃべった声が入一定時間後に聞こえてくるので、記憶の定着を効果的に促します。暗記したい事柄を脳に定着させたりする際や、英会話・外国語の学習、スピーチの練習、セールストークの演習、アフターメーションなどにご活用いただけます。

### 使用手順

1. ヘッドセット（マイク、イヤホン）をパソコンに接続します。
2. 【ファイル】メニュー→【環境設定】を開き、メガメモリーの「再生」「録音」デバイスをヘッドセットのデバイスに切り替えます。

メガブレインがデバイスを認識しない場合は、メガブレインを再起動してください。



- 3.メガメモリーアイコンをクリックします。
- 4.マイクに向かってしゃべり、遅れて聞こえる自分の声の音量を調節します。
- 5.声の遅延時間を設定します。
- 6.ディレイ（こだま）効果を追加したい場合は、チェックを入れます。
- 7.ディレイの間隔を指定します。
- 8.ゲインでディレイの音量を調節します。
- 9.フィードでディレイの減衰音量を調節します。
- 10.すべての設定が完了したら、「開始」ボタンをクリックします。



## トラブルシューティング

### 音が割れてしまう

#### 【対処法 1】

ブレインシンクアイコンをクリック→脳波アイコンをクリックし、マスター音量を下げてください。

#### 【対処法 2】

Windows のコントロールパネル→サウンド(サウンドとオーディオデバイス)を開き、デバイスの音量を下げてください。



### 音がうまく再生されない

メガブレインで再生できるファイルは、サンプリングレートが標準的な 44100hz (44kh) の音声のみです。作成した音声再生できない場合は、ファイルを右クリック→プロパティからサンプリングレートが 44100hz になっているかを確認してください。44100hz でない場合は、音声編集ソフトなどで編集を行ってください。

## お問い合わせ

よくあるお問い合わせや、ご質問につきましては、下記サポートページにて、順次お答えしています。

<http://www.internal.co.jp/support/>

技術的なご質問は下記のご質問フォームからお問い合わせください。

<http://www.internal.co.jp/support/megabrain/other.phtml>

また、下記メールアドレスや、FAX にて、商品の内容に関するご質問、ご相談、ご要望などを承ります。

**E-MAIL** [info@internal.co.jp](mailto:info@internal.co.jp)

**FAX** 045-470-0740

***INTERNAL***  
*explore the new level*