・グラフを見て思ったこと・

図1より発想課題のHRは、自然音の方が無機質より心拍数が常に高い。また、4分以降、自然群では徐々に心拍数が下がっていることがわかる。

図2より無機質群では最初はRMSSDが高くリラックスしていることがわかり、自然音