

～院長コラム～

『青い成分を含む強い光は覚醒作用あり』

一般家庭のリビングの明るさは200-500ルクス程度だそうです。

専門家によると、それでも明るすぎると。

さらに、コンビニエンスストアの店内は、1000-2000ルクスです。

明るい光は夜になると目立ち、立ち寄りたくなります。白いLED光には、ブルーライトの波長が含まれます。交感神経を活性化させ、購買意欲を高める狙いがあります。

結果、そんなつもりはなかったのに、つuitたくさん買ってしまう。

『思うツボくん』です。

逆にこれを利用するなら、夕方にぼんやりして仕事はかどらないときには、コンビニに行く気分転換になるかも知れません。

「こども健康ネットブログ」より



こども健康ネット
ブログ
QRコード



なかしまこども
クリニック
公式LINE



FUKUSUKE
チャンネル
YouTube

なかしまこどもクリニック



通信

2025年6月号

なかしまこどもクリニック 瑞穂市十九条(パロー北)

ホームページ www.n-kodomo.com

診療時間		月	火	水	木	金	土	日
午前	8:30~12:00	○	○	○	○	○	○	
午後	14:00~15:00		△		★	△		
	16:00~18:30	○	○			○		

★:漢方外来 14:00~17:30 受付

△:乳幼児健診及び予防接種



TEL:058-327-3100

2015年5月11日～
診療・予防接種
インターネット予約
QRコード

