

眠りの質を決めるのは敷寝具（マットレス）です

## 快眠できるマットレスの選び方



快眠のためのマットレスの選び方



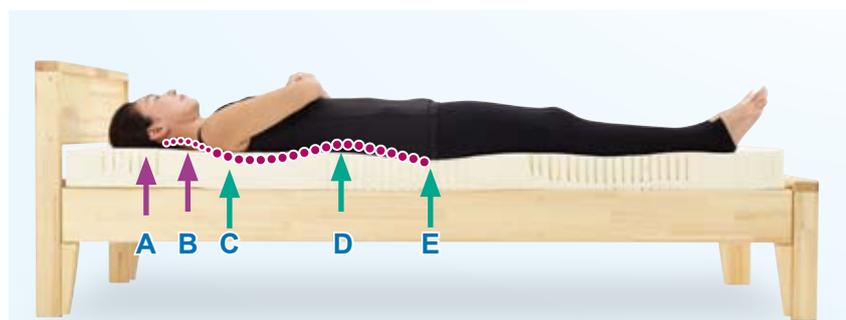
快眠の秘訣は、睡眠時のストレスを取り除くこと  
そのために必要なのは、ストレスフリーのマットレス

快適な睡眠を得るためには、睡眠を妨げるさまざまなストレス、例えば、寒い・暑い・痛い・うるさい・まぶしい・気持ちが不安、等のストレスをいかに少なくするかにかかっています。ストレスのないマットレスが必要なのです。



マットレスは1年2500時間もあなたの背骨を支えている  
ウッズプリングを使って、身体の姿勢に合わせたマットレス選びを

1日7時間×365日=2555時間。マットレスは絶え間なく全体重を支えています。大切なことは背骨のS字カーブを正しく支えること。健康に大切なのは身体の屋台骨である背骨をちゃんと支え、自分にあった敷寝具・マットレスを選ぶことです。



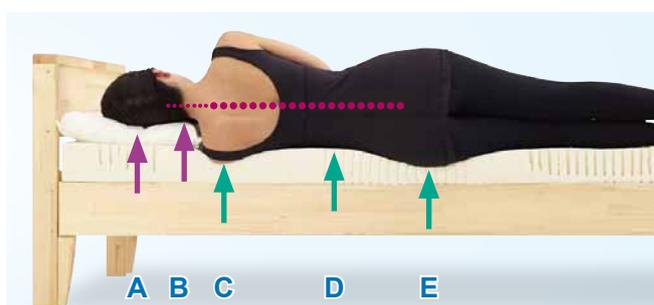
### 仰向き寝の場合

身体のS字カーブを立位と同じように支えます。ポイントはE点でD点とのバランスをどうするかがポイントになります。わかりやすく言えばE点が落ち込まないようにしながら、C～Eの体圧分散が適度にできることが重要です。

### 横向き寝の場合

背骨が横から見て一直線になるようにするのがポイントです。

特に肩（C点）と腰（E点）の出っ張りをうまく受け止めて、特に肩への圧迫が減るようにしないと、肩付近の筋肉が緊張を始終強いられ肩こりの原因にもなります。また、寝返りが増えて睡眠が浅くなる原因ともなります。



## ■天然素材から生まれたナチュラルフレックス・マットレスシステム



- ①手軽に調節できるシンプルなウッズプリング
- ②仰向け、横向けにも広く対応できる細かな調節能力
- ③お好みに合わせて3つの硬さのマットレスをご用意



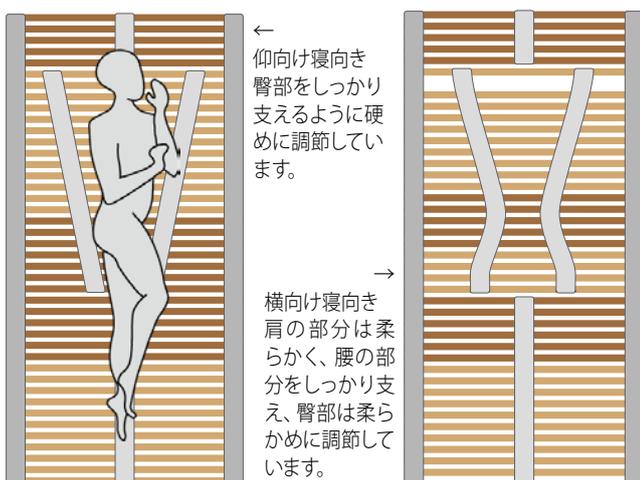
サイズはシングル・セミダブル

### オールマイティなウッズプリング

オーストリア Relax 社のナチュラルフレックスは仰向けや横向けなどさまざまな状況に対応できるオールマイティなウッズプリングです。オーストリアより直輸入をしていますので、従来他社品よりリーズナブルなプライスでより高い機能を提供します。

### 2種類の厚さのスラット (木) 幅広い硬さの調節能力

ナチュラルフレックスのスラット (木のバー) は厚みが2種類あり、それを支えるサスペンションユニットの間隔を変えることによって、体格に合わせた正しい寝姿勢への調節が可能となります。さらにベッドスタイルでは、より横向け寝に合わせた調節方法も選べるようになっています。



### ソフトなシルバーネス・ラテックスマットレス

標準で組み合わせるマットレスは厚さ8cmの天然ラテックスマットレスです。ソフト目な密度で女性や横寝が多い方にはこちらがおすすめです。マットレスカバーは抗菌防臭機能のある銀糸入りで、丸洗い可能なリヨセル綿入りです。

### しっかり目の馬毛ラテックスマットレス ミディアムとハードの2種類

仰向き寝に最適なように、ラテックスの上面に馬毛を入れて硬めの寝心地を得られるマットレスを作りました。ラテックスはミディアムとハードの2種類を用意しています。お好みの面をお使いいただけますので、寝心地の調節が楽になります。



### ベッド又は床に直置きもOK

オリジナルベッドやすのこベッドでご使用いただけますが、通気性に優れているので、フローリングや畳に直置きも可能です。

## ■ 横向け寝におすすめ Relax2000 マットレスシステム



- ① 肩と腰の出っ張りをソフトに受け止めます
- ② 独立したウッズプリングは硬さ調節が可能です
- ③ 硬めと馬毛入り、好みで選べるラテックスマットレス

サイズはシングル・セミダブル

### ふんわり雲の上の寝心地

オーストリア Relax 社の Relax2000 ウッズプリングと天然ラテックスマットレスの組合せは、独立したウッズプリングが肩と腰の出っ張りをソフトに受け止め、まるで雲の上に寝ているようなふわとした寝心地が特徴です。

マットレスのストロークが大きいので、体格のしっかりした人でも横寝が容易です。

### 硬さをそれぞれ調節できる 独立したウッズプリングシステム

Relax2000 ウッズプリングはシングルの場合 6×9 のユニットから構成され、それぞれが独立して動くためにマットレスの中央でも端でも同じ弾力性が得られます。これが通常のウッズプリングと大きく異なる最大の特徴です。

さらに最大 2 本のアジャスタブルバーを調節することにより、沈み込みの硬さを変えることができます。



アジャスタブルバー  
2つのこぶの位置で硬さを調節  
2本を1本にするとさらにソフトになります。(肩の部分は1本です)

### 5ゾーンの13cm天然ラテックスマットレス としっかり寝心地の馬毛入りマットレス

組み合わせるマットレスは 10cm 以上を推奨します。純正品は 13cm の天然ラテックスマットレスで、腰が硬く肩がやわらかい 5 ゾーン式になっている高機能バージョンです。シルバーネス・マットレスカバーは抗菌防臭機能のある銀糸入りで、丸洗い可能なりヨセル綿入りです。馬毛入りマットレスは 10 cm ですが、よりしっかりとした寝心地になります。



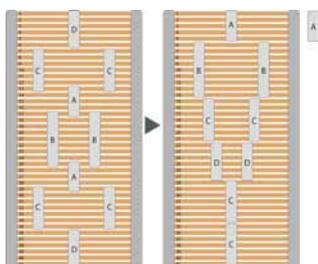
### オーストリア・ザルツブルグにある 自然素材にこだわるリラックス社

ザルツブルグ郊外にある、緑豊かな工場から生み出される自然素材を優先したリラックス社のマットレスシステムは、長く使えて、環境にやさしいのです。



## ■お手頃価格のミルフィエレメント・ウッドスプリング

- ①ハンガリーBiotexma社で見つけたお手頃価格のウッドスプリング
- ②サスペンションの位置を変えて調節可能、組み換えも可能
- ③日本のベッドにも使える195cmサイズと200cm両方のサイズをご用意



サスペンションを組替える  
左図のようにオリジナルのサ  
スペンションを組み替えると  
右図のようになり、調節巾が  
増えます。

### ハンガリー製のウッドスプリング

ハンガリー Biotexma 社で作られている、合成ラテックスを使用したウッドスプリングです。板の厚さが一種類であることなどのため、ナチュラルフレックスのような天然ラテックスを使ったウッドスプリングよりお手頃価格になっています。もちろん調節機能は充実しています。長さは日本用向けの 195 cm と 200 cm 両方あります。

### ミルフィ・ラテックスマットレスや3レイヤーマットレスと組み合わせ

さまざまなマットレスと組み合わせることができます。特に、天然ラテックスですがリーズナブル価格のミルフィ・ラテックスマットレスや当店オリジナルの3レイヤーマットレスⅡと組み合わせが適しています。羊毛ベッドパッドと組み合わせてお使いください。

## ■マットレスの上にベッドパッドは必ず必要です 快感度をアップする ビラベック羊毛ベッドパッド&敷ふとん



独ブルッフザールの  
ビラベック工場にて

### 日本向けにリネン麻付オリジナル仕様

湿度の低いヨーロッパに比べると日本は高温多湿。快適なビラベックといえども、夏は熱がこもりがちでした。そこで、夏さわやかに使えるように、片面にリトニアリネンの麻生地を使ってオールシーズン仕様にした眠りのプロショップオリジナルです。



### 快眠の条件温度33℃湿度50% これ一枚で眠りが (本当に) 変わる

世界で最初に羊毛布団を作ったドイツ・ビラベック社製、高品質のウールをできるだけ自然状態で仕上げるビラベックの羊毛敷ふとんは温度と湿度調節が抜群に良いので、その使い心地の良さは、格別な全く異なる快感が得られます。快眠のために必要な、自然な良さを味わうことができる一押しの品物です。



本物を確認するために、できる限り現地で確認します。ビラベックのウールを提供するドイツ有数のブリーダー農家Gimberさん一家と、ネッカー川沿いにある彼らの羊の農場を訪れました。(2014/6)