



朝晩が寒くなりましたが11月に入り寒さも増してきます  
 早いもので今年も残り少なくなってきました  
 木枯らしが吹く季節となり、秋らしくなりましたね  
 木枯らしは凧とも言いますが  
 風が吹く度に葉が落ちるので木を枯らしてしまう風という意味があるそう…  
 葉を落としてしまっって木が枯れたように見えるからでしょうね  
 この時期の紅葉狩りは古い昔  
 奈良時代から始まったとされ万葉集にも記されています  
 平安時代には貴族の間でも広がり源氏物語では宴を開いていたようで  
 江戸時代に入ると庶民の間でも定着していきました  
 狩り…とは、獣を捕まえるという意味ですが  
 花や草木を探し求めるという意味もあるそうです



岩出町 根来寺



和歌山城紅葉溪庭園

～11月掲載内容～

- \*外国人技能実習生
- \*東南アジアの為替の変動
  - \*中国
  - \*日本
- \*旧統一教会(世界平和統一家庭連合)
- \*マイナスイオンは体に良い

アジアに関する情報、ご意見、ご相談、またはご意見等々お待ちしております。

投稿先:info@ibia.or.jp

## 外国人技能実習生

海外への渡航や円安など様々な環境が変わり、外国人人材の受入れも著しく変化しています。初めて受入れを希望される企業様、継続的に受入れを希望される企業様など受入れを希望される企業様が多くなってきました。現在の受入れたい実習生の人気国はベトナムです!!

このベトナム人材の応募状況は円安と国内の給料も高くなってきたことから、従来よりも減ってきています。一方、日本側は人材の需要が多くなってきているので、需要に対する供給の割合がタイトとなっています。

このような事情を踏まえ、選考先のベトナムから他の国に替えることを検討することも一案と言えます。こうした場合の候補国としてミャンマー、インドネシア、フィリピン、ネパールなどが挙げられます。これらの国は実習生を受け入れるには良い国ですが、当組合ではミャンマーからの受入れをお薦めさせて頂いております。その理由は敬虔な仏教徒の国であり、人心は真面目で温和、親切で人付き合いが良く楽観的で、嫌な事は苦にしない…と日本人の感覚とよく似ているからです。また、日本がミャンマー独立の父であるアウンサン将軍を援助したこともあり親日的でもあります。

当組合ホームページのフォトギャラリーからもミャンマーの様子が伺えますので、是非ご覧ください♪



ミャンマーの面接にご興味のある方は、現地に赴かなくてもオンラインで現地と繋ぎ、ミャンマーの近況や教育を視察することが可能です。

## 東南アジアの為替の変動

外国為替の変動は外国人実習生達に直接響きます。そこで対象国である東南アジアとドル、日本円対東南アジア通貨の変動がどのようになっているのかを調べてみました。

下記の表は昨年と現在の為替の変動をざっくりとまとめたものです。来日の動機でもある外国人実習生のお給料は日本円ですが、本国の通貨に換算すると幾らになるのかを計算できます。

国名	通貨	現在		2021年9月		下落率	
		1ドル	1円	1ドル	1円	ドル	円
中国	元	7.25	0.049	6.45	0.058	12.40%	15.52%
タイ	バーツ	37.9	0.26	33.24	0.3	14.02%	13.33%
ベトナム	ドン	24,832	168.38	22,757	199.55	9.12%	15.62%
ミャンマー	チャット	2,101	14.25	1,941	16.73	8.24%	14.82%
インドネシア	ルピア	15,557	105.49	14,272	127.92	9.01%	17.53%
カンボジア	リエル	4,145	28.1	4,075	36.77	1.72%	23.58%
日本	円	147.46	1	110.219	1	33.79%	0.00%

この表を見るとドルが各国通貨に対し上昇し、日本円の下落率が顕著である事が分かります。

### 【外国人実習生への影響】

円安は…実習生来日→仕事→給料→現地に送金 に大きく悪影響を及ぼします。対円では一番上昇しています。そのパーセントは約13%～約23%で、言い換えれば円と現地通貨を交換すると13%～23%少なくなるという事です。例えば、20万円の仕送りが送った時点で2万6千円～4万6千円少なくなっているという事になるのです。これが外国人実習生の募集に悪影響を及ぼし、特に人件費が上昇している国々(中国・ベトナム)からの募集については適材な候補者が少なくなっている理由の一つなのです。

## 中 国

### 【中国共産党大会～習近平の長期独裁政権確立】

10月16日～23日まで北京市で中国共産党大会が開催されました。23日には第20期中央委員会第1回全体会議が開かれ、習近平国家主席が異例の3期目となる新指導部が正式に発足しました。最高指導部を指す政治局常務委員には習氏を筆頭に7人が選出されましたが、習氏を除く6人のうち5人が習氏の側近が占めています。

これまで「68歳になれば引退」という慣例を破り、68歳になった王毅氏は外交や軍事の人事でも同様に国務院兼外相に就きました。

習近平氏への忠誠度が党規約にも反映しており、適材適所には程遠い陣容は経済政策にも反映されるでしょう。



### 【習近平党総書記(69歳)】



習近平氏は毛沢東越えか…

父は中国共産党革命の英雄で八代元老の一人である習仲勳氏で、文化大革命では反動分子と見なされ迫害されました。習氏が15歳になると知識青年が農村に向かう「上山下郷運動」により陝西省延安市梁家河村で暮らします。習氏は村で中国共産党に入党し党支部書記を務めました。同村は毛沢東思想の大衆路線を実践した自身の原点としています。

精華大学を卒業すると華北所正定県や福建省、浙江省や上海市など様々な地に赴任し、各地で将来の側近となる人物を増やしました。

2012年の第18回党大会で党総書記・中央軍事委員会主席に就いた後は「反腐敗闘争」と通じて江派の幹部らを粛清しました。同時に党や軍の組織改革を進めて自身への権力集中と個人崇拜を強化、建国の父である毛沢東以上の地位の確立を目指していると言われています。

【序列 3 位 趙樂際氏(65 歳)】

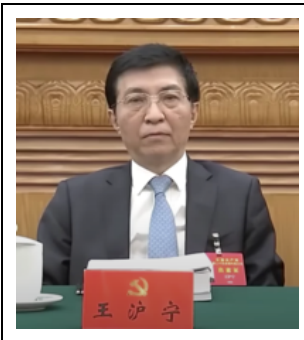


習派・全国人民代表大会常務委員長

青海省で役人としてのキャリアを積み 2000 年に当時最年少の 42 歳で省長に就任、陝西省党委書記時代には貧困地域の視察に力を入れ庶民派と呼ばれました。習氏が党総書記となった 2012 年に党中央政治局入りを果たし、陝西省時代には習氏の父である習仲勳氏の故郷の墓を巨大な陵墓に立て直し、習氏との関係を近づけたとされています。

また習氏の側近を北京市や重慶市などの要職に次々と起用する人事を推進し、政権固めを下支えしました。中央政治局常務委員入りを果たした習氏 2 期目の政権下では、王岐山氏に代わり中央規律検査委員会書記という要職を務め、習氏の「反腐敗闘争」の指揮役を担いました。

【序列 4 位 王滬寧氏(67 歳)】



無派閥・全国政治協商会議主席

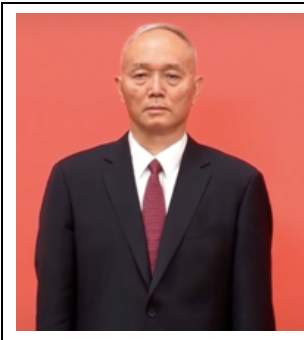
江沢民元総書記から習近平総書記まで 3 代にわたって仕える政治思想や外交・内政のブレーンで「三大帝師」の異名を持っています。

広域経済圏構想である「一帯一路」「中国の夢」を肉付けし、新型コロナウイルスの世界的流行後は中国の主張に合わない相手には威圧的な言動で威嚇する「戦狼外交」を提唱しました。「米国の時代はもうすぐ終わる、これからは中国だ」と党内で力説し、米国と対立を深

める習氏の外交路線を支えてきました。

党内で習指導部の対米強硬路線を敷き、米欧との対立を招いた張本人として王氏への風当たりも強く、唯一の無派閥でもあります。

【序列 5 位 蔡奇氏(66 歳)】



習派・党中央書記処書記

習氏が浙江省党委書記だった時代に衢州市や台州市のトップを務めました。2014 年に習政権下で新設された中央国家安全委員会弁公室副主任に抜擢、同委員会は習氏が主席を務め国家の安全保障や治安を一貫して管轄する改革を担う。2022 年の北京冬季五輪の組織委員会トップを務め注目を集めました。

新型コロナウイルスが発生する最中の五輪であり、習氏のゼロコロナ政策を維持しながら開催したことは習氏からの評価に繋がったとされています。

北京市政においては、出稼ぎ労働者の集合住宅を真冬に取り壊した政策などが庶民から批判されました。

アジアに関する情報、ご意見、ご相談、またはご意見等々お待ちしております。

投稿先: info@ibia.or.jp

【序列6位 丁薛祥(60歳)】



習派・副首相

2007年、習氏が上海市党委員会書記に就いた後に習氏の下で約半年間上海市党委書記を務めました。期間は短かったものの優秀な働きぶりで信頼を得たと言われています。習氏が国家主席になった2013年に中央に抜擢されました。

これまでは中央書記処書記・中央弁公庁主任・国家主席弁公室主任を兼ねており、習氏の信頼の厚い大番頭と言えます。真面目で実務的、控えめな性格と言われています。

【序列7位 李希(66歳)】



習派・党中央規律検査委員会書記

陝西省延安市の党委書記に就いた際、習氏が15歳から7年間知識青年が農村に向かう「上山下郷運動」で暮らしていた同市梁家河村を整備し、愛党教育の拠点としました。さらに村人の手紙を上海市党委書記や中央政治局常務委員となっていた習氏に届けるなどして習氏にアピールしたと言われています。

習政権下に入ると上海市勤務を経て遼寧省党委書記や広東省党委書記などの要職を歴任しました。今後は中央規律検査委員会のトップである書記として、習政権の看板である「反腐敗闘争」を主導することになります。

【政権運営】

前の李克強首相が経済政策を指揮していましたが、これに代わり習近平氏が直接経済政策を指揮することになります。その結果より統制をより強くすることになりことは筆致で、そうなる恐らくアリババ、テンセントなどのIT企業に対する政府の締め付け、国営企業と民間企業の摩擦が今以上に厳しくなると予想されます。

【外交】



王毅氏が党中央外事工作委員会のトップとなり外交の仕切り役になり、中国の主張に従わない国に高圧的な言動を繰り返す所謂「戦狼外交」を展開し、強硬な外交が継続されることになります。王滬寧氏が戦略戦術を企画立案し、これを実行していくのが王毅氏である構図が成り立ちます。

アジアに関する情報、ご意見、ご相談、またはご意見等々お待ちしております。

投稿先: info@ibia.or.jp

## 【軍事】



張又俠氏



何衛東氏

副主席に留まる張と習は父同氏が国共内戦で同じ部隊で戦った間柄です。軍事委もこれまでは党指導部の定年に準じており、張氏は引退が見込まれていましたが慣例を破る形での留任となりました。外交攻勢と軍事面でも習近平氏の独裁を敷いて、台湾問題など一層に緊張が高まるのではないかと考えられます。

## 【論評】

先に述べた通り習派は最高指導部の政治局常務委員は7人中6人を占め、更に政治局員24名中7割が習派となり、習氏と距離があるとされた胡春華が降格されました。これは習氏に権力を集中させたもので、分かり易く言うと重石を取り除き何時でも好き勝手出来る体制を作ったと言っても過言ではありません。

習近平氏は党総書記となりました。中国では2期10年という国家主席の人氣が2018年の憲法改正で撤廃されたものの、党内には党大会時に68歳以上なら指導部から引退する「七上八下」という慣例がありました。習氏がマルクスの後継者ならば慣例を破って続投出来るとの理由(大義)としたのです。

次に人事については副首相を務めた胡春華(59歳)は選ばれず降格しました。同氏は共産党の青年組織である共青团(共産主義青年団)の出身で胡錦濤前国家主席や李克強首相に近いとされ、習主席らの次の世代を担う第6世代のホープの一人とも言われてきました。党人事は最高指導部を指す政治局常務委員には7人が選出されましたが、習氏を除く6人のうち5人を習氏の側近(習派)が占めました。

この大会でビックリしたことは、党大会の最終日閉幕直前に胡錦濤前総書記が会場から警備員に強制的に連れ出されたということ。共産党大会の閉幕式の最中に胡錦濤前国家主席が退席させられたのですよ!!! まず、この退席するまでは次のようなものです。

閉幕の義では習近平国家主席の隣に胡錦濤前主席、更にその隣に政権ナンバー3(当時)で習氏側近の栗戰書全人代常務委員長、その並びに王滬寧氏中央書記局書記(当時)が着席していました。栗氏が胡氏の前に置かれた書類の上に赤い表紙のファイルを手で覆い、胡氏に書類を見せないようにした上で何かを説明しています。胡氏は赤い表紙をどかして中の書類を見ようとしたのか…栗氏が慌てて制止するような素振りを見せ、その様子を習氏が見ています。そして栗氏は右手で胡氏の手を掴み左手で書類を抑えつつ自分の方に引き寄せます。胡氏に書類を見せないよう取り上げたような恰好です。同時に習氏は左を向き何か言っています。この後栗氏は取り繕うような笑みを浮かべ胡氏に話しかけています。一方では引き寄せた書類をしっかりと両手で押さえています。栗氏の隣から政権ナンバー5の王滬寧氏中央書記局書記が横から割って入り、正詩するように手を振っています。怪訝な表情の胡氏の背後に習主席の職務を補佐する中央弁公庁の副主任が、習主席から何かの指示を受けています。



更に別の係官も登場し何かを指示しています。すると腰が習氏の前にあった書類を引き寄せようとするが、習氏の手が素早く動き書類を押さえました。その後栗氏が胡氏の前に置かれていた書類をスタッフに手渡し、スタッフは胡氏に何かを囁き係官に腕を支えながら抱えられるように立ち上がります。



胡氏は会場を立ち去る前に習氏に何か言葉を掛けています。胡氏と関係が深い李克強首相はその様子を見守り、同じく胡氏に近い政権ナンバー4の汪洋全国政治協商会議主席(当時)は、仏頂面のまま神妙な表情を保っています。この様子はツイッターでも見る事が出来るので是非見て下さい。

### 【筆者は思う】

強制的かどうかは別として普通のことではありませんね。それでは何故係官が退席させたのでしょうか!?! 色んな話がありますが、中国の新華社では体調不良を理由としています…動画を見れば明らかでそうは思えませんね。

健康状態が悪くないのに退席させたのは胡錦濤氏が退席させられた翌日に最高指導部が発表された事が理由の一つです。習氏に3期目先に長老が集まった北戴河会議で次期の人事が調整されていましたが、これとは違った人事が赤い書類に書き込まれていたのではないとも言われています。これに反対するであろうと胡錦濤前国家主席を強制的に退席させたのではないのでしょうか!?! 赤い書類を離そうとしない事から想像できます。



この赤い書類の中身は人事名簿  
胡錦濤氏は共青团の出身ですが、今回の大会では最高指導部に入れませんでした。その前日に赤いファイルの人事名簿があり、これを胡錦濤氏に見られ反対意見を述べられると面倒な事になるので…と想像が膨らみます。

しかし、少なくとも胡錦濤氏自らの意思で退席を求めたものではない事は明らかです。

### 【懸念】

何とも恐ろしい国だと改めて感じます。自由主義社会ではこのような事は在り得ません。権力闘争を通じて1人の為に憲法を改正し、不文律だった定年制を変え政治局常務委員を身内で固め、5年委1回に最大の政治大会の席で自身(習総書記)に反対であるからとの理由で胡錦濤前国家主席を退席させました。少なくとも国のトップであった人を係員に連れ出させるなど、これは独裁者の道をまっしぐらに走っていると云わねばなりません。

共産主義一番の欠点は全体主義体制となり独裁者が出てくることに繋がる危険が大です。かつてイタリア、ドイツ、日本のようにファシズムが台頭するのではないかと懸念します。

現在の中国の状況は正にこれではないのでしょうか!?!



## 日本

### 【円安】



一時1ドルが150円を突破しましたが、現在は国・日銀の為替介入などにより少し落ち着いてきたように思います。

さて、今後どのような展開になるのか見ていきましょう。

### 【日本貿易収支】

日本の貿易収支△11兆75億円、2022年度上期(4月～9月)の貿易収支は、毎年度半期では過去最大となりました。22年4月以降の年度上半期の輸出額は前年同期比19.6%増の49兆5763億円、輸入額は44.5%増の60兆5838億円だった。原粗油や石炭、液化天然ガスなど資源の輸入が増え全体の輸入額を大幅に押し上げました。

同省によると輸入額は年度半期として比較可能な1979年以降で最大。資源高に年初来からの円安が重なり輸入額がかさんだからです。

### 【外貨準備高の減少】

財務省の発表では9月末の外貨準備高は8月末に比べ4.2%減少、1兆2380億ドル(1ドル145円換算で180兆円)で減少率は過去最大となりました。その減少の原因は9月22日に円買い・ドル売りの為替介入を実施したことで、10月末までは覆面介入により更に減少するでしょう。

### 【政府・日銀の為替介入】

日銀の為替介入は功を奏しているのだろうか…答えは否である。

政府・日銀は為替介入を随時実施している模様ですが、介入により円高に振れた途端に即座に市場参加者は円売りの注文が入り円安基調は崩せない状態が続いています。

### 【原因】

その原因は何か…先に述べた日本の貿易赤字や日米の金利差が円安を進みや状況にしているからです。この状況を踏まえてヘッジファンドが円売りを仕掛けていることなのです。

### 【今後の予測】

何時まで続くのか、永久に続くのか…筆者の勝手な考え方ではありますが、予測として年末遅くて3月末までには改善されるでしょう。以下その理由を述べます。

先に述べた通り円安の主な原因は日本離れでなく、貿易収支などに便乗したヘッジファンドによる投機的な円売りが主な原因だと考えられます。冷静に考えてみると、ドルの上昇は対円だけでなく世界中の通貨に対してです。

## 【エネルギー資源】

原油や天然ガスは基軸通貨のドル以外では買えません。世界のドル不足は20年末後頃からで、日本も同様に貿易収支に悪化を受け円安・ドル高が始まってきました。これはエネルギー資源価格の上昇を受けドル高に繋がってきたからです。

また天然ガスは欧州のロシア産の依存度が高いのですが、ドイツの原発再稼働やエネルギーの多様化を図ると明言し最悪期は抜けたと言っても良いでしょう。

## 【ヘッジファンド】

円安は日米の金融政策の違いを材料にゼロ金利の円を調達してドル資産を買う「キャリートレード」(参照①)や「ヘッジファンド」(参照②)による投機的な円売りが増えたためです。

## 【中国経済】

中国経済は減速基調にあります。3期目の習近平政権が発足されたとはいえ、長らくコロナで低迷した経済が続くと予想されます。エネルギーは中国の経済に減速が需要減をもたらし、原油価格の下落に影響を及ぼしています。

## 【米 国】

米国は寡占状態の業界が多くありコスト高を転嫁しやすいのが特徴で、このためインフレが起こりやすいのですが、このインフレ抑えるために金利を高くする政策をとってきています。これにより株や不動産でいわゆるバブル崩壊が起きつつあり、これがドルに影響を及ぼしドル安になると言う傾向もあります。

## 【日 本】

日本の経済成長率は実質1.8%になる見込みで、コロナ禍からの経済再開を反映し3四半期連続のプラス成長になりました。10月からインバウンド(訪日外国人)の入国制限が緩和されたため、今後は観光の外貨収入が復活し日本の景気回復や円高につながることも考えられます。

## 【日銀総裁任期】



日銀の黒田総裁の任期は来年の4月8日までです。総理大臣は黒田総裁が就任する人事案を自民党幹事長に伝えたのが2月25日でした。この過去の事例から判断すると少なくとも1ヶ月前には決めるということになると言うのも良いのではないのでしょうか。

## 【まとめ～筆者の独断】

簡単に述べてきましたが、①円が1ドル150円とは日本の力を表したものでないことは明らかです。②各国のエネルギー事情③日銀総裁の任期などから判断すると、当分は円安基調が続くと思われれますが、早ければ22年末から年度終わり3月初め頃現在の円安が円高基調に変わり、少なくとも135円から120円台になることも考えられます。

また、その要因の一つである米国の経済状況から金利をこれ以上上げられない、エネルギー資源の下落傾向、日本の貿易収支などの要因から現在より円高基調に変わると考えられます。

### 参照①) キャリートレード

低金利の通貨で調達した資金を高金利の通貨に換えて資産運用し、運用益に加えて金利の利ザヤを稼ぐ取引のこと。

### 参照②) ヘッジファンド

さまざまな取引手法を駆使して市場が上がっても下がっても利益を追求することを目的としたファンドです。ヘッジ(hedge)は直訳すると「避ける」という意味で、相場が下がったときの資産の目減りを避けるといったところから用いられています。

### 参照) ファンド

「投資信託(ファンド)」とは、一言でいえば「投資家から集めたお金をひとつの大きな資金としてまとめ、運用の専門家が株式や債券などに投資・運用する商品で、その運用成果が投資家それぞれの投資額に応じて分配される仕組みの金融商品」です。

## 旧統一教会(世界平和統一家庭連合)

旧統一教会をめぐる政府の対応に読者は納得できますか?

安倍元首相は奈良で参議院選の街灯演説中に山上容疑者の凶弾に倒れました。安倍元首相は憲政史上最長の在任記録を持ち、首相退任後も自民党最大派閥領袖(りょうしゅう)でした。現職の首相や首相経験者が襲撃されて命を落としたのは戦後初めてです。

これに対する政府の対応は、警備の反省、国葬、宗教法人旧統一教会を如何にするかです。



岸田首相(17日午前・国会)

岸田首相は宗教法人法「質問権」を行使するとの見解を打ち出しました。この中で10月19日に宗教法人法に基づく解散命令請求の要件について「民法の不法行為は入らない」と述べていましたが、19日には「行為の組織性、悪質性、継続性などが認められ、法令に反して著しく公共の福祉を害すると認められる行為などがある場合には、個別事案に応じて判断すべきだ」と述べました。

振り返ってみると元々岸田首相は自民党総裁選でアピー

ルしたのは「聞く力」であると述べています。この事件を振り返ってみると、どれだけ信者や一般国民が迷惑を被っているかは明々白々です。仮に岸田首相の主張するように「質問権」を行使し、刑法と民法の法令に抵触すると認められるまで「どれだけの時間」を要するのかを考えて見た時、この事案に対し「引き延ばし戦術」を取っているのではないのでしょうか。

旧統一教会の教義の中で「エバの国日本が資金調達をし、アダムの国韓国に捧げる」言い換えれば「日本が韓国に貢ぐ」ことを教義としている教団に、保守政党である自民党の国会議員がどっぷりと浸かっていたのです。これを切り捨てるのではなく、未だに引き延ばしあるいは配慮をしているように見えるのは筆者だけですか!?

また、当初では刑法に抵触する場合は解散権を行使できるとしていたのに民法を含めると言うなど朝礼暮改も甚だしい。一国の首相たるものの言動の重みはどこにあるのか。

また、10月24日山際経済産業大臣が辞表を提出、これは事実上の更迭です。



旧統一教会トップ韓鶴子氏と山際前大臣

筆者はこれからの話から次のようなことを推測します。引き延ばし戦術をしているとは可笑しいことです。時間をかけうやむやにしようとしているのでしょうか!?

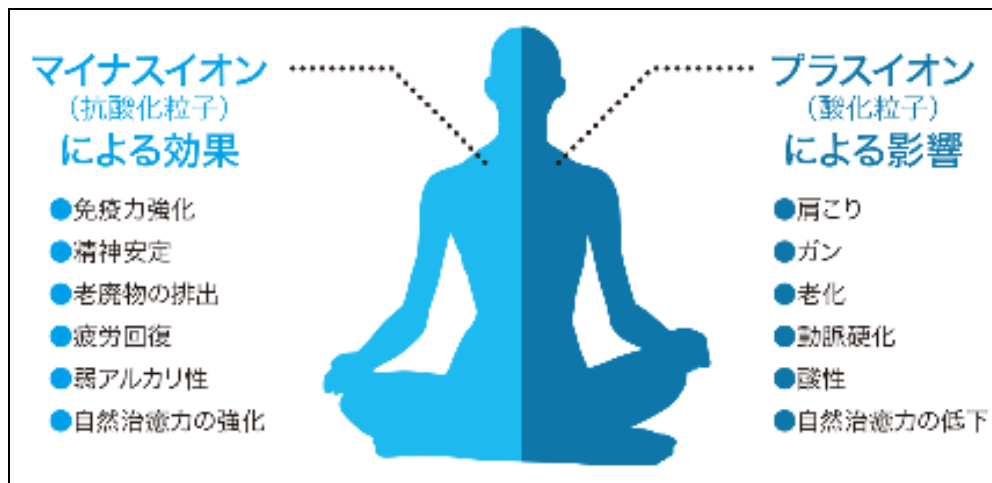
- ①「聞く力」とは国民が望んでいることを先回りする位の政策を必要としますが、反対にのりくらしと結論を先延ばししている理由は、自民党の議員が余りのも旧統一教会のどっぷり浸かっているからでないのか?
- ②宗教の自由は憲法の保障されていることは誰も知っていることですが、これを逆手に使い質問権の行使などと引き延ばし戦術を使っていますよね?
- ③山際大臣の事実上の更迭ですが、上手くいけば辞めさせなくてもと良いだろう…と甘い考えを持っていたのでしょうか。今になって更迭とは遅きに失したのではないのでしょうか?
- ④与党である公明党と創価学会は政教分離の観点などから、宗教法人の活動範囲を狭め問題を惹起させることを怖がっているのではないのでしょうか?

では! どのようにすれば良いのか…

誰もが納得するのは即刻「解散命令」を出せばいいのです。解散命令にネタは幾らでもあるのですから、要は本腰で解散命令にしようとする確固たる意志を政府が持つことです。こんなことに時間を費やし、コロナ後の経済対策などなど山積みされた問題解決には程遠くなる一方です。

岸田内閣の特徴はすべて「決断」と「実行」が遅きに失すること、これでは国の運営を任せることが出来ません。支持率が26%から27.4%となっているのも極めて当たり前じゃないですか!?

## マイナスイオンは体に良い



空気中には浮遊物質があり、その中で帯電しているものを「イオン」と言い、イオンにはプラスとマイナスありますが、これらが同数あるわけではありません。自律神経には「交感神経」と「副交感神経」の二種類があり、交感神経は心臓の動悸を早めたり、血管を収縮させたり体を興奮状態にさせます。プラスイオンが交感神経、マイナスイオンは副交感神経を刺激します。

一方、マイナスイオンは空気中から取り入れられたイオンが副交感神経に作用し、脳からのα波が増し快適気分が増すのです。つまりマイナスイオンは心身ともゆったりした気分にするリラクゼーション効果があるということですね。これらが体内に取り込まれると体がリラックスし、新陳代謝が盛んになり疲れや不安感が吹っ飛び睡眠の質も上がるのです。高原や海岸、森、滝つぼ、海ではマイナスイオンが多いそうです。