

ヘルス・グラフィックマガジン Vol. 32 「肩こり・腰痛」号発行

予防医療啓発キャンペーン“もうこりこり！「肩こり・腰痛」解消法”始動

ラジオ番組でテーマと連動した健康情報を発信



Vol. 32「肩こり・腰痛」号 表紙



腰痛の真相 (P.8-P.9)



つべこべ言わずに あべこべ体操 (P.10-P.11)

株式会社アイセイ薬局（本社：東京都千代田区、代表取締役社長：藤井江美）は、1月15日、自社で編集・発行する予防医療啓発情報誌 ヘルス・グラフィックマガジン Vol. 32「肩こり・腰痛」号を発行しました。発行部数は15万部。ヘルス・グラフィックマガジンは毎号ひとつの症状にフォーカスし、専門医や各分野の専門家による症状や改善方法などの解説を、楽しいビジュアルとともにお届けする季刊フリーペーパーです。

厚生労働省が発表した平成28年「国民生活基礎調査」によると「肩こり・腰痛」は、男女ともに気になる体の不調の1位2位を占めており、多くの皆さまの身近な悩みとなっています。

本号では、「肩こり・腰痛」の発生のメカニズムや仕組みを知る「肩こりの真相」「腰痛の真相」や、一刻も早く、つらい「肩こり・腰痛」を和らげることに役立つ体操「あべこべ体操」、日本に古くから伝わる武術“古武術”を日常生活に応用する「肩腰負担減之極意」など、日常生活の一工夫により体の負担を軽減する「肩こり・腰痛」の知識と解消法をご紹介します。

また、今回は、文化放送のヘルスケアをテーマにしたラジオ番組「市橋有里 ENJOY！ヘルシーライフ」でも、「肩こり・腰痛」のテーマと連動して、皆さまの健康に役立てていただけるような情報をお届けします。

今号のテーマと連動して予防医療啓発キャンペーンを実施

当社では、1月15日より、全国のアイセイ薬局 286 店舗で予防医療啓発キャンペーン“もうこりごり！「肩こり・腰痛」解消法”を開始します。このキャンペーンは、「ヘルス・グラフィックマガジン」のテーマである「肩こり・腰痛」と連動して実施するもので、予防医療啓発キャンペーン「AISEI HEALTHCARE PROMOTION（アイセイヘルスケアプロモーション）」の第四弾となります。

具体的には、“情報”（「ヘルス・グラフィックマガジン」とデジタルサイネージ「ヘルスケアビジョン」）、“もの”（物販企画「ヘルスケアショップ」）、“コンサルティング”（薬局店舗スタッフによる）を、「肩こり・腰痛」というテーマで、薬局店舗においてワンストップで提供していくものです。複数施策の相乗効果により薬局の健康サポート機能を高め、地域の皆さまにアイセイ薬局をより身近な「健康を支えるパートナー」と認識していただくことを目指していきます。

文化放送 ラジオ番組で「肩こり・腰痛」についての情報を発信



予防医療啓発キャンペーン“もうこりごり！「肩こり・腰痛」解消法”の活動の一環として、今回は、文化放送（放送対象地域：関東広域圏）のヘルスケアプロジェクトの一つであるラジオ番組「市橋有里 ENJOY！ヘルシーライフ」に、当社ヘルス・グラフィックマガジン編集長の門田伊三男が出演します。このラジオ番組は、ランニングアドバイザーであり、アスリートフードマイスターそして、女子マラソン史上最年少メダリストの実績を持つ市橋有里（いちはしあり）さんが、「食」と「スポーツ」の視点から、健康的な生活を送るための秘訣を紹介する番組です。編集長 門田の出演日時は、1月22日（火）～1月25日（金）午後 8:40～8:50、「肩こり・腰痛」をテーマに皆さまの健康維持に役立つトークを繰り広げます。



【文化放送 ラジオ番組「市橋有里 ENJOY！ヘルシーライフ」放送概要】

放送日：1月22日（火）～1月25日（金）「SHIBA-HAMA ラジオ」内

放送時間：午後 8:40～8:50

出演：市橋有里、寺島啓太（文化放送アナウンサー）

門田伊三男（アイセイ薬局 ヘルス・グラフィックマガジン編集長）

番組サイト：<http://www.joqr.co.jp/shiba/healthcare/>

■文化放送を聴くには

①FM91.6MHz ②AM1134kHz

③スマホで radiko.jp アプリをダウンロード

（関東地域以外にお住まいの方は、radiko プレミアム 月額税別 350 円）

でお楽しみいただけます。

④パソコンで文化放送サイトへ



【ヘルス・グラフィックマガジンについて】

発行部数： 15 万部／年 4 回発行／判型 200×200mm／全 24 ページ／オールカラー
設置拠点： 全国のアイセイ薬局（352 店舗）、アイセイ薬局グループの介護福祉施設
病院・クリニック等の医療機関、フィットネスクラブ、図書館
フリーペーパー専門店「ONLY FREE PAPER」など全国 600 拠点以上

アイセイ薬局について <www.aisei.co.jp>

株式会社アイセイ薬局 (www.aisei.co.jp) は全国に 352 店舗 (2019 年 1 月 1 日 現在) の調剤薬局を運営する企業です。1984 年の創業以来、開業医との医薬連携を大切にされた地域医療への貢献を行っており、薬局店舗の 9 割を「クリニックとのマンツーマン型」と「医療モール型」で占めているのが特徴です。医療モールについては現在、全国で 120 か所以上を運営しており、「医療モールのリーディングカンパニー」として業界を牽引しています。

また、アイセイ薬局は、グループ企業として、「はなまる」ブランドで高齢者介護施設を運営する株式会社愛誠会 (www.aiseifukushi.jp)、薬剤師の転職、派遣のお仕事紹介サービス「お仕事ラボ (www.oshigoto-lab.com)」を運営する株式会社 AXIS などを展開しています。アイセイ薬局グループは、医療福祉の受益者から従事者に至るまで質の高いサービスを提供しています。

【ヘルス・グラフィックマガジンの設置・配布希望に関するお問い合わせ先】

株式会社アイセイ薬局
ストアプロモーション事業
担当： 堀（ほり）
TEL： 03-3240-0252 FAX： 03-6212-4195
E-Mail： koho@aisei.co.jp URL： www.aisei.co.jp

【本件に関するお問い合わせ先】

株式会社アイセイ薬局
コーポレート・コミュニケーション部
担当： 霜（しも）・飯村（いいむら）
TEL： 03-3240-0994 FAX： 03-6212-4193
E-Mail： koho@aisei.co.jp URL： www.aisei.co.jp