

あすか製薬が運営している「女性のための健康ラボ Mint+」は
Web サイトに動画コンテンツ「Exercise(エクササイズ)」を新設し、
「Mint+ YouTube チャンネル」を開設しました

当社の子会社であるあすか製薬株式会社(本社:東京都港区、代表取締役社長:山口 惣大)が運営する、女性のカラダと健康について正しい情報を発信する「女性のための健康ラボ Mint+」(以下、Mint+)は、Web サイトに動画コンテンツ「Exercise(エクササイズ)」(以下、Mint+エクササイズ)を新設し、第一弾として「産後のボディケアに！骨盤底筋エクササイズ」(計 4 本)の動画を公開しました。併せて、「Mint+ YouTube チャンネル」も開設したことをお知らせいたします。

Mint+は活動を始めて以来、一般女性に女性のカラダと健康について正しい情報を知っていただくための「女性のための健康ラボ Mint+」(<https://www.asaka-pharma.co.jp/mint/>)、10 代に向けた「Mint+ teens」(<https://www.asaka-pharma.co.jp/mint/teens/>)、妊娠・出産・子育てにフォーカスした「Mint+ Hug」(<https://www.asaka-pharma.co.jp/minthug/>)を通じて、情報を発信してきました。

今回、Mint+ Web サイトに「Mint+エクササイズ」を新設することで、文字情報に加えて動画による疾患啓発を推進し、各人の状態に合わせたセルフケアをより身近に感じていただけるよう取り組んでまいります。また、YouTube チャンネルでは、これまで作成してきた動画をまとめるとともに、順次コンテンツを拡大していきます。

◆「Mint+エクササイズ」 URL: <https://www.asaka-pharma.co.jp/mint/exercise/>

Mint+エクササイズは、「女性のカラダにやさしい」をコンセプトに、ライフステージごとに変化する女性のカラダの状態に合わせたケアを提案します。カラダと心を整える習慣をサポートするため、専門家チーム※が監修した動画を作成しています。

初回公開テーマは「産後のボディケアに！骨盤底筋エクササイズ」(解説編および①～③)で、今後とも順次新たなコンテンツを追加・公開してまいります。



女性のための健康ラボ Mint+は、引き続き女性の健康に関する情報を発信するとともに、さまざまな女性の活躍もサポートしてまいります。

※女性のカラダに寄り添う 専門家チーム



中野ジェームズ修一

(株)スポーツモチベーション 最高技術責任者
米国スポーツ医学会認定運動生理学士、
日本健康心理学会認定健康心理士
機能改善を得意とする日本を代表するトレーナーの1人。多くのトップアスリートやオリンピック、実業団チームのトレーナーを歴任。エクササイズ著書のベストセラーも多く、100冊以上、累計200万部を超える。



岡橋 優子

(株)スポーツモチベーション 顧問
健康運動指導士、
米国スポーツ医学会認定運動生理学士
オーストラリアでフィットネスインストラクターの資格を取得後、出産を機に法人を立ち上げ、フィットネスクラブの品質管理や女性医療と連携した健康課題解決に力を注ぐ。



吉村 榮典

慶應義塾大学 名誉教授
福島県立医科大学 副学長
産婦人科医として、3千人以上の不妊症治療と5千人以上の分娩に携わる。少子化対策や子育て支援、周産期医療の改善など、女性と子どもの健康を守る幅広い活動にも貢献。

＜あすか製薬株式会社について＞

1920年の創立以来、「先端の創薬を通じて、人々の健康と明日の医療に貢献する」という経営理念のもと、内科、産婦人科、泌尿器科の重点3領域に特化し、新薬を中心とした事業に取り組んでいます。中期経営計画2025の目指す姿として「スペシャリティファーマを基盤とするトータルヘルスケアカンパニー」を掲げ、特に産婦人科領域のリーディングカンパニーとして女性の健康課題解決に貢献すべく事業活動をしています。

URL: <https://www.asaka-pharma.co.jp/>

＜お問い合わせ先＞

あすか製薬株式会社 経営企画部 E-mail: kouhou@aska-pharma.co.jp