

女性の心と身体のための健康情報を発信する ウーマンウェルネス研究会 supported by Kao 発足(9月1日) & 公式サイト「ウェルラボ」開設(9月11日)

女性は、心身の健康に女性ホルモンが深く関わり、ライフステージごとに不調や悩みも様々です。また、現代の生活スタイルの変化による、新たな健康課題も懸念されています。

特に多くの女性の悩みである「冷え」は、放置していると様々な不調を引き起こすことから、2007年に血めぐり研究会※を発足し、専門家の方々と協力して血めぐりケアの大切さをお伝えしてまいりました。

その活動を『ウーマンウェルネス研究会』(代表:対馬ルリ子先生/産婦人科医)としてリニューアルし、公式サイト「ウェルラボ」(<http://www.well-lab.jp/>)を新たに開設します。女性の心身に関するより幅広い健康情報を発信してまいります。

■『ウーマンウェルネス研究会 supported by Kao』の主旨と活動

「ウーマンウェルネス」とは、女性が、単に病気でないということではなく、身体、精神、社会的にも満たされ、自分にあったライフスタイルを築き、充実した人生を目指す積極的な生き方ができる、一生涯を通じた女性の健康実現のことをいいます。

『ウーマンウェルネス研究会』は、現代女性のライフステージごとに異なる様々な心身の不調を解消し、女性が健康で豊かな生活を送り充実した人生を実現することを願って、医師や専門家、企業が集い2014年9月1日に発足いたしました。

女性のウェルネス実現のために、公式サイト「ウェルラボ」(<http://www.well-lab.jp/>)やイベントなどを通じて、女性が知っておきたい健康の基礎知識や不調への対応策など、心身の健康に役立つ情報を発信します。

<ウーマンウェルネス研究会概要>

発 足 日： 2014年9月1日

医師・専門家： 対馬 ルリ子 (産婦人科医、対馬ルリ子女性ライフクリニック銀座院長)

(50音順) 小島 美和子 (管理栄養士、有限会社クオリティライフサービス 代表取締役)

(敬称略) 川嶋 朗 (統合医療医、東京有明医療大学 保健医療学部鍼灸学科 教授)

中村 格子 (整形外科医、スポーツドクター、Dr.KAKUKO スポーツクリニック院長)

福田 千晶 (内科医・リハビリ医、人間ドック専門医、健康科学アドバイザー)

渡邊 賀子 (漢方専門医、麻布ミュージッククリニック名誉院長)

協 賛： 花王株式会社

(あいうえお順) 株式会社カーブスジャパン

パナソニック株式会社

Web サイト： 『ウェルラボ』: <http://www.well-lab.jp/>

サイト OPEN： 2014年9月11日(木)

※血めぐり研究会とは

2007年設立。血めぐりとは人間の生命活動の重要な役割を担う血液循環+新陳代謝の総称です。ストレスや近年の生活習慣の変化により、血めぐりに起因する心身の不調を招きやすくなることから、その改善を大切と考える医師や専門家、企業が集い、血めぐり研究会を発足。血めぐり研究会公式サイトやイベントなどを通じて血めぐりケアの重要性を提唱してきました。

■ウーマンウェルネス研究会公式サイト『ウェルラボ』

“女性ならではの”心身の不調や悩みについて、医師や専門家による解説やアドバイスを紹介します。

『ウェルラボ』PC版トップ画面イメージ



『ウェルラボ』スマートフォン版
トップ画面イメージ



1. 取扱うテーマ

- ① 「からだ磨くケア」
代謝・ダイエット、姿勢・バランス、エイジングケア、肌デカラ
- ② 「からだ癒すケア」
目デカラ、コリ・疲れケア、眠りズム、メンタルヘルス
- ③ 「からだ廻るケア」
血めぐり、ホルモンケア

2. 主なコンテンツ

- 1) 特集ページ
季節やトレンドのトピックを紹介します
- 2) からだケアレシピ
日々の不調や気になる悩みに対し、今日からできる対処法を紹介します
- 3) 心と身体のキホン
不調の原因やメカニズムを紹介します

<本件に関するお問い合わせ先>

ウーマンウェルネス研究会 事務局 Email : info@well-lab.jp