

知ること、選べる。自分の体とこれからを考える一冊

ヘルス・グラフィックマガジン Vol.60「女性と健康」号発行



HGM Vol.60「女性と健康」号 表紙



pp.6-7 月刊 なんて？



pp.16-17 将来のことは、2にん3脚で！ 避妊編

アイセイ薬局は6月15日、健康情報誌『ヘルス・グラフィックマガジン（以下、HGM）』Vol. 60「女性と健康」号を発行しました。HGMは毎号ひとつの症状にフォーカスし、医師や専門家監修のもと、メカニズム・改善方法・発症リスクなどをこだわりぬいたクリエイティブで解説する季刊フリーペーパーです。

「いま」と「将来」のこと、考えてみませんか？

あわただしい日々の中で、「女性だから仕方ない」「大したことない」と、不調を我慢していませんか。いまの体と向き合うことは、未来の自分を大切にすること。

10年後、20年後も自分らしいリズムで歩き続けるために、健康は欠かせない土台です。

HGM「女性と健康」号では、月経やPMSといった日常的な不調、妊娠・出産、将来の選択など、女性の一生に寄り添う健康課題を幅広く取り上げ、「自分の体を知り、これから選ぶためのきっかけ」を提供します。身近でありながら、きちんと向き合う機会の少ないテーマだからこそ、自分らしい人生を選んでいくためのヒントとなることを目指しました。

本テーマは、決して女性だけのものではありません。パートナーや周囲の理解を深めるきっかけとして、多くの方に手に取っていただきたい一冊です。

その不調、あたりまえ じゃなくて せいりまえ

月経やPMSといった不調は、「仕方ないもの」「我慢するもの」として受け止められていることも少なくありません。しかし本来は、適切に対処したり、周囲に相談したりしてよいもの。

本号では、こうした不調との向き合い方を見直し、自分らしく、少しでも快適に付き合っていくための選択肢を紹介しています。



ほかにも、日常生活に取り入れやすいタイパ運動、不調のときでも手軽においしいスープごはんレシピ、自分らしい人生を歩むための選択肢など、「女性と健康」にまつわる情報を“正しく・わかりやすく・楽しく”お届けします。

【ヘルス・グラフィックマガジンについて】 ★2015年「グッドデザイン・ベスト100」を受賞
 概要：発行部数 11 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グループ店舗、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など 全国 600 拠点以上
 ◆HGM はデジタル版でもご覧いただけます <https://www.aisei.co.jp/magazine>

【Vol. 60「女性と健康」号 メイン監修者】
 ●**稲葉可奈子先生** (Inaba Clinic 院長、産婦人科専門医)：産婦人科診療と並行して、病気の予防や性教育、女性のヘルスケアなどの正確な医療情報を発信している。

HGM の内容は発刊に先立って、すべての当社薬剤師に共有を行い、HGM による情報提供と店頭でのコンサルティングの連携を図り、薬局に来局された方へ質の高いサービスの提供を行う体制を整えております。

【本件取材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 広報担当：原田
 TEL：03-3240-0250 FAX：03-6212-4193
 E-Mail：koho@aisei.co.jp

【ヘルス・グラフィックマガジンに関するお問い合わせ先】
 株式会社アイセイ薬局
 ヘルス・グラフィックマガジン編集部
 E-Mail：hgm@aisei.co.jp

アイセイ薬局について <www.aisei.co.jp>

アイセイ薬局グループは、「誰もがすこやかに、笑顔でいられる毎日」を目指し、地域医療に貢献するための取り組みを続けています。「地域のかかりつけ」として、薬による治療のサポートに加え、予防や未病の段階からの健康支援、健康相談や地域活動を推進。地域医療の拠点となる「医療モール」の開発を手掛けるとともに、健康相談や地域活動を推進。健康情報誌「ヘルス・グラフィックマガジン」、スキンケアブランド「**KuSu** (クス)」などを展開し、皆さまの健康づくりを多角的にサポートしています。

◆薬局店舗数： 400 店舗 (2026 年 6 月 1 日現在)