

報道関係者各位

2025年4月22日（火）
株式会社AKS Therapy Studio

【調査】50歳以上の母親が抱えるコリ・痛みの実態とその背景

8割の母がコリや痛みを我慢

我慢の理由は「もう歳だから」

母の日のプレゼントに迷ったら「健康」を！

YouTube登録者数110万人超えの理学療法士が編み出した、絆創膏を使った整体法のハウツー本

2025年の「母の日」は5月11日です。「贈り物が決まっていない・・・」という人も少なくないのではないのでしょうか。そこで、登録者数110万人超のYouTubeチャンネル『腰痛・肩こり駆け込み寺【山内義弘】』を運営する理学療法士の山内 義弘は、50歳以上80歳未満の全国の母親600名を対象に「母たちの我慢事情」についてのアンケート調査を実施しました。



■ 調査概要

調査期間：2025年4月9日

調査手法：インターネット調査

調査対象：50歳以上80歳未満の母親全国

サンプル数：600名（10歳刻みに各200名）

調査機関：Freeasy

※本リリースの調査結果をご利用いただく際は、「腰痛・肩こり駆け込み寺【山内義弘】調べ」と必ずご明記ください。

本リリースに関するお問い合わせ先
株式会社AKS Therapy Studio PR事務局
株式会社ティアラボ 担当：熊倉

E-mail : yamauchi@tiaLABO.com TEL : 0797-80-7564

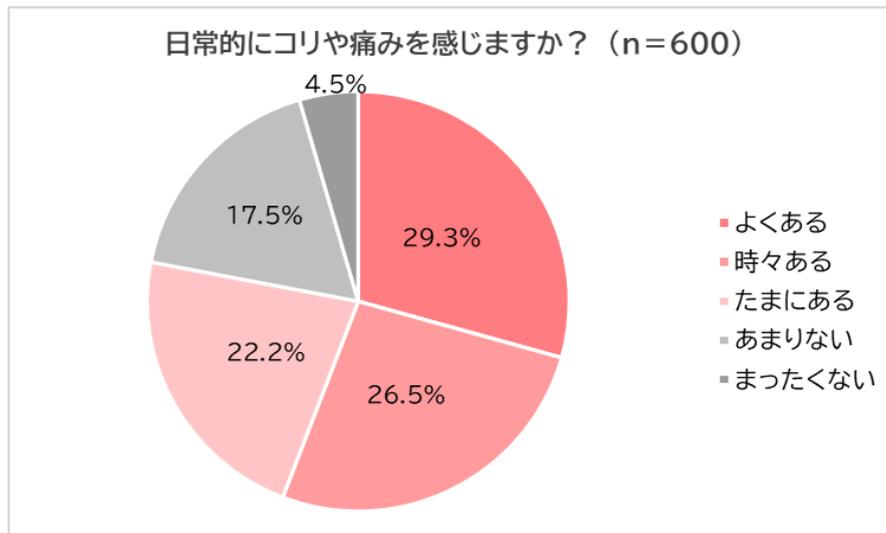
NEWS RELEASE

■ 調査結果サマリー

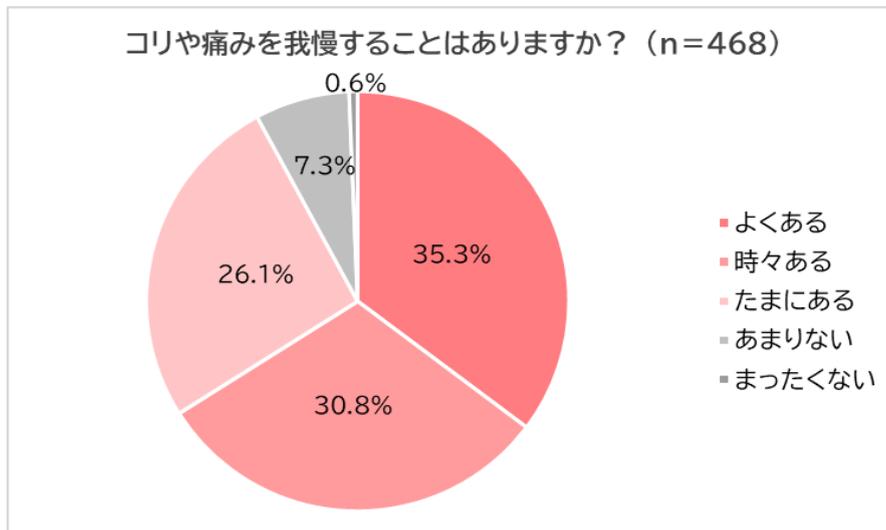
- ・50歳以上80歳未満の全国の母親の約8割が、日常的にコリや痛みを感じている
- ・多くの母親が痛みを我慢する理由トップ2は、「もう歳だから」「自然に治ると思っている」
- ・一方、病院などへの受診を「面倒」と感じたり、「子供や家族に心配を掛けたくない」と控える傾向も
- ・約9割が「自宅で簡単にコリや痛みを解消できる方法があれば良い」と回答。セルフケアへの関心は高い

■ 調査結果

50歳以上80歳未満の全国の母親に「日常的にコリや痛みを感じるか？」と尋ねたところ、「よくある」(29.3%)、「時々ある」(26.5%)、「たまにある」(22.2%)、「あまりない」(17.5%)、「まったくない」(4.5%)との結果が得られ、約8割(78.0%)の母親が日常的にコリや痛みを感じていることが明らかになりました。



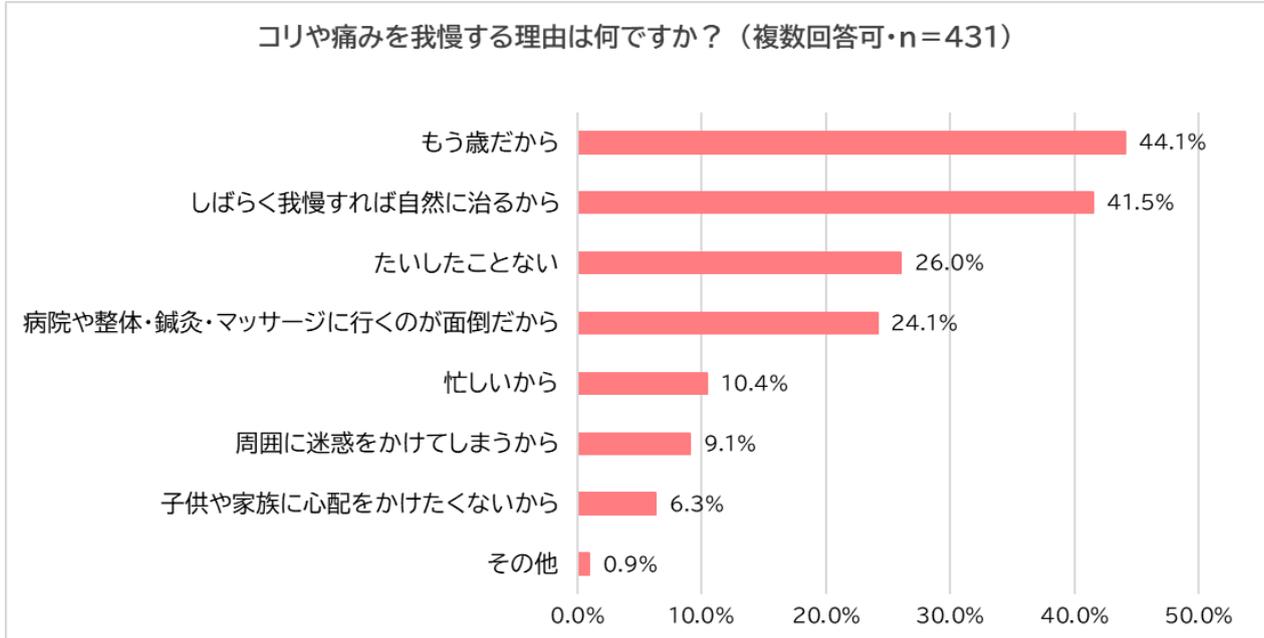
次に、「日常的にコリや痛みを感じる」と回答した468名に対して、「コリや痛みを我慢することはあるか？」と尋ねました。その結果、最多は「よくある」(35.3%)で、次いで「時々ある」(30.8%)、「たまにある」(26.1%)、「あまりない」(7.3%)、「まったくない」(0.6%)となりました。このことから、日常的にコリや痛みを感じるほとんどの母親が、そのコリや痛みを我慢していることが判明しました。



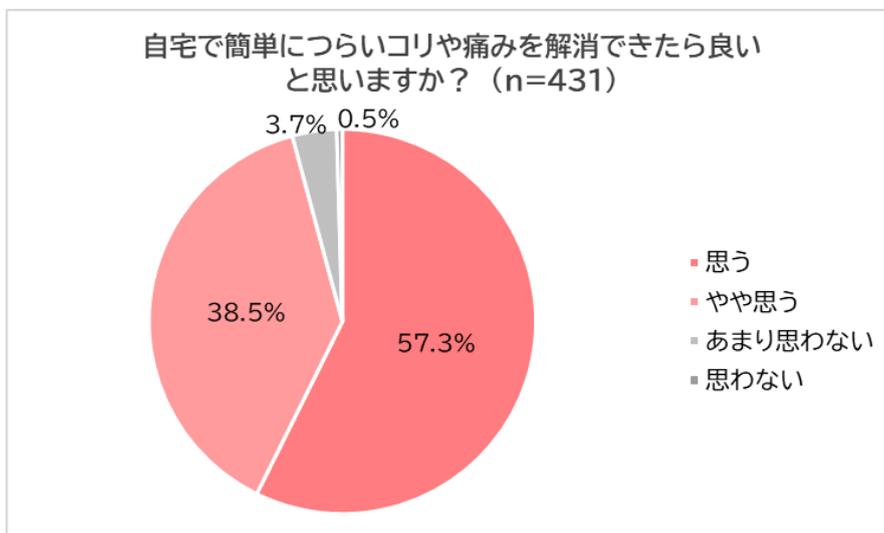
本リリースに関するお問い合わせ先
株式会社AKS Therapy Studio PR事務局
株式会社ティアラボ 担当：熊倉
E-mail : yamauchi@tia-labo.com TEL : 0797-80-7564

NEWS RELEASE

続いて、「コリや痛みを我慢することがある」と回答した431名に、「コリや痛みを我慢する理由」を尋ねました。「もう歳だから」(44.1%)や「しばらく我慢すれば自然に治るから」(41.5%)と答えた母親4割以上を占め、「たいしたことないから」(26.0%)や「病院や整体・鍼灸・マッサージに行くのが面倒だから」(24.1%)といった理由も目立ちました。また、「周囲に迷惑をかけてしまうから」(9.1%)や「子供や家族に心配をかけたくないから」(6.3%)と答える母親も一定数存在しました。



さらに、「自宅で簡単につらいコリや痛みを解消できたら良いと思うか？」と尋ねたところ、約6割（57.3%）が「思う」、約4割（38.5%）が「やや思う」と回答しました。



■母の日には「健康」のプレゼントを！

今回のアンケート結果により、多くの母親が日常的にコリや痛みを我慢していることがわかりました。

日本には「我慢は美德」という価値観があります。しかし、痛みを我慢すると悪化してしまう可能性があるため、早めに対処することが重要です。だからこそ、今年の母の日には、「いつまでも元気で健康でいてほしい」と思う気持ちと共に“健康”を贈りませんか？

本リリースに関するお問い合わせ先
株式会社AKS Therapy Studio PR事務局
株式会社ティアラボ 担当：熊倉
E-mail : yamauchi@tialabo.com TEL : 0797-80-7564

NEWS RELEASE

YouTubeチャンネル登録者数110万人超の理学療法士・山内義弘が編み出した「絆創膏を貼るだけ整体」ならば、ご自宅にある絆創膏を使用するだけで、簡単にお母様のつらいコリや痛みを解消できます。長期にわたるコリや痛み、関節の変形や神経の圧迫、骨折後の後遺症、加齢などの問題があっても絆創膏1枚で体の機能は改善します。

コリや痛みは単に揉んでも取れません。それは、関節包（ファシア）の不具合が原因だからです。関節には、骨を覆い囲っている関節包という膜があり、体を動かすために必要なセンサーが埋め込まれています。このセンサーがうまく働かないと、関節は無理矢理動かされてしまい、痛みやコリが生じるのです。実際、痛みの85%はセンサーの不具合によるもの、残りの15%は筋肉がこり固まっていたり、筋肉が神経に悪い影響を与えていることが多いです。

筋肉は、動く前に「わずかに伸長」しています。例えば、肘を曲げるとき、筋肉はいきなり縮むのではなく、わずかに一瞬伸ばされた後の反射を使って肘を曲げています。この反射のきっかけになるのが筋肉のセンサーです。しかし、筋肉がこり固まっていると、この初動がうまくいきません。

実は、これらのセンサーは関節やその上にある皮膚と連動しています。山内流メソッドでは、絆創膏を使って皮膚を動かすことにより、センサーや関節を活性化させ、コリや痛みを軽減させることが可能です。

■これさえあれば「コリや痛み」とはおさらば

1つ目は、『腰痛・肩こり駆け込み寺』で700万回以上再生された「絆創膏貼るだけ整体」シリーズを書籍化した『**体の不調をすべて解決する 絆創膏を貼るだけ整体**』（KADOKAWA／税込 1,760円）。肩こりや腰痛など体のさまざまな不調に対して、絆創膏を貼るだけで改善させるハウツー本です。

そして、2つ目は、「絆創膏貼るだけシリーズ」の書籍化に伴い、山内自身が開発した「**山内流絆創膏 八方神ダイヤテープ**」（税込 3,490円）。解剖理論に則った8方向への構造刺激により、上下・左右・斜めのあらゆる方向へ独自の刺激を与えることで、さまざまな角度についている筋肉や筋膜、腱、ファシアなどの組織に働きます。



■山内 義弘プロフィール

1970年生まれ。愛知県名古屋出身。

20年以上の治療経験を持つ理学療法士で、YouTube登録者数110万人超え。

これまでに25,000症例・75,000回以上の治療を行い、車イスや杖が必要な患者さん、寝たきりや激痛で悩む人々を数多く救ってきた。

本リリースに関するお問い合わせ先
株式会社AKS Therapy Studio PR事務局
株式会社ティアラボ 担当：熊倉
E-mail : yamauchi@tialabo.com TEL : 0797-80-7564

NEWS RELEASE



「不要な手術と薬を世の中から無くしたい」という思いから、独自の治療法やセルフケアを開発。世界中の人に、痛み・悩み知らずの快適な人生を送っていただくために、全国で講演活動を行っている。

著書に『コリと痛みの駆け込み寺！ のびぢみ体操』（KADOKAWA）、『1分でバキバキ肩こりがスッキリ！ 山内流 肩甲骨はがし』（宝島社）の他、2024年12月25日に『体の不調をすべて解決する 絆創膏を貼るだけ整体』（KADOKAWA）がある。また、この出版に伴い、自身が開発した絆創膏「山内流 絆創膏 八方神ダイヤテープ」も発売中。

腰痛・肩こり駆け込み寺【山内義弘】：https://www.youtube.com/@yamauchi_kakekomidera



■会社概要

商号：株式会社AKS Therapy Studio

所在地：東京都中央区銀座8-14-9 デュープレックス銀座タワー 1101

代表者：代表取締役 山内 義弘

設立：2017年10月

事業内容：整体に関する教育事業、健康器具・整体器具の販売

URL：<https://sekichukan.aks-therapy.co.jp/>

本リリースに関するお問い合わせ先
株式会社AKS Therapy Studio PR事務局
株式会社ティアラボ 担当：熊倉

E-mail：yamauchi@tialabo.com TEL：0797-80-7564