

～いつまでもキレイで健康であるために、カラダとココロの変わり目をサポート～  
30代後半～50歳代女性のための健康情報サイト『ルナルナ エイジング』スタート

(株)エムティーアイは10月15日(月)より、心身ともに変化が気になる30代後半～50歳代女性向けの健康情報サイト『ルナルナ エイジング』を、スマートフォンでスタートします。

既に多くの女性に利用されている『ルナルナ』では、女性の健康を一生涯サポートすることを目標に、生理日予測だけでなく、ダイエット・妊娠・出産など、女性のライフステージに合わせた様々なサービスを展開してきました。

今回スタートする『ルナルナ エイジング』は、『ルナルナ』が10年以上に渡り培ってきた知識とノウハウを活かし、今までのメインユーザーより、さらに上の年齢層のカラダとココロの変わり目をサポートする、新たなサービスです。

携帯で簡単に体調管理ができる便利なサービスとして、多くの女性に支持されてきた『ルナルナ』は、今後も、生理日・排卵日予測に留まらず、あらゆる世代の女性のニーズに合わせた多彩なサービスを展開していきます。

◆ 誰もが迎えるカラダとココロの変わり目を乗り越え、いつまでもキレイで健康でいよう！

我が国の平均閉経年齢は50.5歳と言われ、更年期は閉経前後5年間ずつとされていますが、卵巣や子宮の老化には個人差があり、30代後半から始まる人もいれば、50歳を過ぎてから始まる人もいます。

卵巣機能の低下による女性ホルモンの減少で、ホルモンバランスや自律神経が影響を受け、この間は、心身ともに不調が起こりやすくなります。

『ルナルナ エイジング』では、こうした心身ともにトラブルを抱えやすい年代の女性に向けて、生理周期を記録するだけでなく、運動・食事・睡眠などの生活習慣への様々なアドバイスを行い、変わり目を迎える女性のキレイと健康を応援します。

【更年期3つのステージ別の適切なアドバイス】

生理不順は更年期初期の特徴的な症状です。

当サイトでは、生理不順の度合いに合わせて、「マイステージ(定期的な生理がある)」「プレ2ndステージ(生理予定日から1周期分以上遅れている)」「2ndステージ(最終生理開始日から1年以上きていない)」の3つのステージに分類しています。

生理が不順になっているプレ2nd/2ndステージのユーザーには、それぞれに適した毎日の生活アドバイスをします。

マイステージでは、『ルナルナ』と同様に“生理日予測・排卵日予測・妊娠の可能性”やお肌指数・ダイエット指数などをお知らせする“今日のお告げ・お告げ指数”などのアドバイスがあります。

【更年期セルフチェックの結果別アドバイス】

40の設問に答えることで、更年期に起こりやすい症状別5タイプ(自律神経系トラブル/運動器官系トラブル/生活習慣のトラブル/皮膚・粘膜のトラブル/精神症状のトラブル)について自分でチェックできます。

セルフチェックの結果に基づいたタイプにあわせて、症状の説明や、セルフケアなどのワンポイントアドバイスが表示されます。また、基礎体温の計測や、病院受診のタイミングなどもお勧めします。

【更年期に関するコラムやセルフケア】

5つのタイプ別に、症状改善のためのレシピ・エクササイズ・ツボ押し・コラムなどの情報が日替わりで見られます。



誰もが迎える更年期・閉経ですが、自分の症状やタイプを把握し、早くから正しい対処をすることで、少しでも症状が緩和されたり、閉経を前向きにとらえられるようになります。

本来 40 代は、女性の人生で一番バイタリティにあふれ充実している年代です。

日々カラダとココロのケアをしながら、しっかり変化を見守ることで、心身に起こる様々な不調を乗り越え、40～50代女性がいつまでもキレイで健康な日々を送れるよう『ルナルナ エイジング』は、サポートしていきます。

<10月18日は「世界メノポーズデー」>

世界メノポーズ※デーは、“21世紀を目前に高齢化社会の到来を受け、今後更年期の健康に関わる情報を全世界へ提供する日”として、第9回国際閉経学会において、毎年10月18日を世界メノポーズデーとすることが採択され誕生しました。更年期についての情報を一般の方に広く知ってもらうために、日本更年期医学会でも世界メノポーズデーに合わせ、10月18日～24日までの1週間を、『メノポーズ週間』としています。女性の平均寿命が80歳を超える今、閉経を迎える前後の更年期のこの時期をどう過ごすかは、女性にとって大変重要な問題となっています。こうした社会的要因も『ルナルナ エイジング』の誕生の背景のひとつとなっています。

※メノポーズ：閉経または、更年期のこと



サイト名	ルナルナ エイジング
課金額(税込)	月額 315 円
アクセス方法	各マーケットで、『ルナルナ エイジング』で検索 または、 <a href="http://lnln-aging.mopita.com/">http://lnln-aging.mopita.com/</a> にアクセス

報道関係の方からのお問い合わせ先

株式会社エムティーアイ 広報室

TEL :03-5333-6323 FAX: 03-3320-0189

E-mail: [mtipr@mti.co.jp](mailto:mtipr@mti.co.jp) URL: <http://www.mti.co.jp>

一般のお客様からのお問い合わせ先

株式会社エムティーアイ コンタクトセンター

TEL: 050-8882-5921

E-mail: [lnln\\_support@cc.mti.co.jp](mailto:lnln_support@cc.mti.co.jp)