

2018 年 7 月 27 日

報道機関関係 各位

## NEWS RELEASE



「冷え」問題に衣食住からアプローチ  
温育チャレンジ

### 子供を冷房冷えから守る、体験型セミナーを開催！ “養蚕業発祥の地”で絹のひざ掛け作り 8 月 7 日・茨城県つくば市、地元の真綿製品工房と共同で ～内科医・石原新菜先生監修の「ママ子の温育プログラム」～

#### ■地場の専門店とコラボで地域産業保護への啓発も

冷えに関する問題提起と改善に向けて企業共同で取り組む温育チャレンジは 8 月 7 日（火）、茨城県つくば市で母子を対象に「夏冷え対策」をテーマとした体験プログラム「真夏の温育ママカフェ～天然素材のひざ掛けで夏冷えを乗り切る」を開催します。

温育チャレンジが運営する「温育アンバサダー」が、つくば市で天然の真綿でつくった衣類・小物などを扱う専門店「和布工房はんてん屋」と共同実施するものです。つくば市は、“養蚕業発祥の地”とも言われており、養蚕は地域産業の一つとなっていますが、近年徐々に衰退傾向にあるのが現状。今回は、その保護を訴える活動も続ける同店代表の木村美希氏を講師に招き、真綿の特性について学びながら、「夏冷え」に効果的なひざ掛け作りのワークショップを行います。



・ワークショップで製作予定の真綿を使ったひざ掛け（サンプル）



・実際に繭に触れながら、天然素材について学びます。

## ■女性の約7割が感じる現代病「夏冷え」の解消に

現代の暮らしは、空調設備などの浸透により、快適な生活環境を実現していますが、一方で、夏になると冷房の効いた部屋やオフィスなどで冷たい飲食物を摂るなど、体を内外から冷やするような生活スタイルも広がっています。その結果、ある調査では、女性の約7割が「夏冷え」（(株) オレンジページ調べ）を感じているという指摘もあり、「夏冷え」は女性の健康や、さらに子供も含めた体調管理にも少なからぬ影響を及ぼしていると推測されます。

温めるライフスタイル（温育ライフ）の実践を提案する温育チャレンジは、砂山靴下株式会社（本社：東京都葛飾区）、養命酒製造株式会社（本社：東京都渋谷区）、伊藤超短波株式会社（本社：埼玉県川口市）、株式会社ジャパンライフデザインシステムズ（本社：東京都渋谷区）の4社が、それぞれの強みをベースにして取り組むソーシャルプロジェクト。このつくば市での取り組みは、その各社の知見を地域の課題も踏まえながら夏冷え対策に役立てようというねらいです。

## ■史跡の旧家を会場に真綿（絹）の特性を学びます

会場となる「つくばスタイル館」は、つくば市古来（ふるく）の旧豊島家住宅を移築した建物で、つくばならではの暮らし方を学ぶことを目的に地域住民に解放されている史跡。“養蚕業発祥の地”という伝承が残るつくばの地で、冬の冷え対策のみならず、夏の冷房対策にも効果的である真綿について学びます。

●プログラムタイトル：「真夏の温育ママカフェ～天然素材のひざ掛けで夏冷えを乗り切る

●講師：宮内真由美（温育アンバサダー）

木村美希（和布工房はんでん屋代表）

●日時：2018年8月7日（火）10時30分～12時30分（受付開始10時15分）

●会場：つくばスタイル館（茨城県つくば市葛城根崎160-2 研究学園駅前公園内）

アクセス つくばエクスプレス研究学園駅 南出口 徒歩5分

●定員：15組（対象：親子）

●協力：わた部（資料提供）

●参加費：無料

●お申し込み：「ままでい」サイト

URL: <https://mamatx.net/txinfo/onikumamacafetsukuba201808/>



・会場のつくばスタイル館の外観



・メイン会場となる部屋

### ■地域の温育アンバサダーによる温育講座展開について

温育チャレンジでは、2017年から漢方や自然療法で知られる石原新菜先生（医師／イシハラクリニック副院長）の指導を受けながら、つくばエクスプレス（TX）沿線のママネットワーク組織「ままてい」とともに、冷えに悩む母子に向けた「ママ子の温育プログラム」を展開。2017年7月から約9ヵ月間にわたり、開催してきた連続講座「温育ママカフェ」では、暮らしに取り入れやすい温める生活習慣について、母子と一緒に学んできました。2018年3月には、15名の受講生のママたちを“温育ライフ”の伝道師となる「温育アンバサダー」として認定しました。

今年度は、地域コミュニティに“温育ライフ”の浸透を図ることを視野に活動を行なっています。これまでに5月下旬には「レモンジンジャーづくり」、6月には「生姜チップスづくり」をテーマにしたワークショップを開講、それぞれ6～8組のママ子の皆さんが参加し楽しく学びました。

・5月に千葉県柏市で開催された「温育ママカフェ」の様子



レモンジンジャー作り。

※「温育」の活動や冷え対策情報を掲載している公式サイト「温育じかん」にて  
詳細をご覧ください。

URL: <http://www.on-iku.jp/>

## <「ママ子の温育アンバサダープログラム」監修者について>



### 石原新菜（いしはら にいな）先生

1980年長崎県生まれ。2000年4月帝京大学医学部に入学。06年3月卒業、同大学病院で2年間の研修医を経て、現在、父の石原結實のクリニックで主に漢方医学、自然療法、食事療法により、種々の病気の治療にあたっている。『女のキレイは30分でつくれる』（マキノ出版）など著書多数。日本内科学会会員。日本東洋医学会会員。日本温泉気候物理医学会会員。二児の母。

## <「ままでい」について>

柏の葉を拠点に活動するママネットワーク組織。つくばエクスプレス(TX)沿線で子育てをするママたちを応援する育児情報検索サイト「ままでい」を運営。育児情報はもちろん、ママが運営する教室やサークル、イベント情報なども発信している。●<http://mamatx.net/>

## <温育チャレンジ参画企業について>

### ■メインパートナー（4社）

#### 砂山靴下株式会社

1963年創業の靴下製造の老舗。4足重ね履きなど冷え取り靴下の先駆メーカーとして知られる。「肌着としての靴下」から、「悩みを解決し、生活を少しでも心地よく楽しめるような雑貨」へ、が企業理念。

●〒124-0022 東京都葛飾区奥戸 6-27-5 ●<http://www.sunayama-socks.com/>

#### 養命酒製造株式会社

400年以上の歴史をもつ「養命酒」を主力商品とする薬酒メーカー。「生活者の信頼に応え、豊かな健康生活に貢献する」企業理念のもと、東洋医学の「温補(おんぽ)」の考え方を取り入れ、「あたためて、おぎなう」生活スタイルを提案。

●〒150-8563 東京都渋谷区南平台町 16-25 ●<https://www.yomeishu.co.jp/>

#### 伊藤超短波株式会社

1916年創業の老舗物理療法機器メーカー。体の内部から温める日本初の超短波治療器を開発。創業者の「菩薩行—利他の心—」の精神の下、エビデンスに基づく治療法は医療のみならず、スポーツ分野における専門治療機器として多くのアスリートをサポート。

●〒332-0017 埼玉県川口市栄町 3-1-8 ●<http://www.itolator.co.jp/>

#### 株式会社ジャパンライフデザインシステムズ

「生活者を主人公とした社会の実現」を企業理念に創業以来 35年にわたり、「生活者研究」を重ねてきたマーケティング企業。生活者の趣味や嗜好、行動様式に立脚するクラブマーケティングを活用し、生活者の QOL 向上につながるライフスタイルを提案。

●〒150-0036 東京都渋谷区南平台町 15-13 ●<http://www.jlds.co.jp/>

**「温育」とは**：東洋医学の考え方を踏まえた温めるライフスタイルで自分や家族、そして社会環境を健康に育んでいくこと。

**「温育チャレンジ」とは**：「温育」の考え方を「学び」と「体験」の観点から浸透させ、女性たちが健康で活躍する社会の実現につなげていく活動の意味。「情報学習」と「体験学習」「共同学習」を通じたクラブ型の仕組みで推進している。株式会社ジャパンライフデザインシステムズ（運営事務局）、および砂山靴下株式会社、養命酒製造株式会社、伊藤超短波株式会社のパートナー3社の4社共同プログラムとなっている。

※最新情報は公式サイト「温育じかん」をご覧ください。URL: <http://www.on-iku.jp/>

### ●本件に関するお問い合わせ

株式会社ジャパンライフデザインシステムズ

温育チャレンジ運営事務局

担当：有木（ありき）、矢土（やつち）

Tel:03-5457-3033 E-mail: [on\\_iku@jlds.co.jp](mailto:on_iku@jlds.co.jp)