

## NEWS RELEASE



「冷え」問題に衣食住からアプローチ  
温育チャレンジ

## ママ講師が園児向けに「低体温」テーマの健康講座 養命酒など「温育」プロジェクト、千葉・柏の葉こども園で2月12日初開催 温育アンバサダーによる紙人形劇と味噌玉づくりのワークショップ

### ■子どもの「低体温」にアプローチ

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ソーシャルプロジェクト「温育チャレンジ」は2月12日（火）、千葉県柏市の学校法人柏芳学園柏の葉こども園で、年中組（4～5歳）の園児と一緒に「体温アップで元気になろう！温育のお話&味噌玉作りワークショップ」を開催します。

イベントでは、柏市を拠点に温めるライフスタイルの啓発活動を行っている温育チャレンジのママ組織「温育アンバサダー」が講師を務め、「低体温」をテーマに体を温める「食」についてクイズ形式で学ぶペーパーサート（紙人形劇）、および、味噌玉作りのワークショップを実施します。なお、ペーパーサートに使用されるイラストは、温育チャレンジが提携講座を行っている昭和女子大学の学生が作成しました。

調査によると現在、子どもの半数以上は体温が36.5度未満、さらに10人に1人は35度台の低体温（養命酒製造株式会社調べ 2018.3）となっており、子どもたちの冷え問題が深刻化しています。温育チャレンジではかねてよりこの問題に取り組んでおり、柏市を拠点とするママネットワーク「ままでい」とともに、地域の幼稚園、並びに保育園での開催に向けた取り組みを進めてきました。今回はその初めてのケースとなります。

#### <開催概要>

- テーマ：**体温アップで元気になろう！「温育のお話&味噌玉作りワークショップ」
- 日 時：**2019年2月12日（火）10:30～11:30
- 場 所：**学校法人柏芳学園 柏の葉こども園（千葉県柏市十余二363-48）
- 講 師：**温育アンバサダー 田中志津香さん／内田里夏さん
- 対 象：**年中（4～5歳）の園児を対象
- 内 容：**ペーパーサートを使ったクイズ形式の「温育」の話と味噌玉づくりのワークショップ



学校法人柏芳学園 柏の葉こども園の外観（左）、柏の葉こども園の敷地内にある遊具施設（右）



昭和女子大学の学生が描いたイラストをあしらったペーパーサート

## ■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」は社会問題となっている「冷え」について、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取り組みを進めるソーシャルプロジェクトで、内科医・石原新菜先生（医師／イシハラクリニック副院長）による指導を受けています。

千葉県柏市を中心に活動するママネットワーク組織「ままでい」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」をつくばエクスプレス沿線で展開。受講したママたちを“温育ライフ”的伝道師、「温育アンバサダー」として認定しています。

今年度、温育チャレンジでは地域コミュニティに“温育ライフ”的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6月には「生姜チップスづくり」、8月には「アロマスプレーとバスボム作り」、12月には「指編みマフラーづくり」や「指編みリースづくり」などをテーマにワークショップを開催、それぞれ6～8組のママ子の皆さんの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

## <「ママ子の温育プログラム」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、独自イベントなども実施しています。サイトでは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」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  
詳細をご覧いただけます。

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

## <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、医療機関のみならず、スポーツ分野におい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、皆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: <https://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）  
Tel:03-5457-3033 E-mail : on\_iwu@jlds.co.jp