

## PVレポート 5月

|        |           |
|--------|-----------|
| 全体月間PV | 2,172,415 |
|--------|-----------|

|        |         |
|--------|---------|
| 全体月間UB | 908,404 |
|--------|---------|

|       |        |
|-------|--------|
| スマホ比率 | 56.03% |
|-------|--------|

|             | PV        | UB      |
|-------------|-----------|---------|
| ホーム         | 82,518    | 28,366  |
| スポーツ・エクササイズ | 126,386   | 61,398  |
| ダイエット・食生活   | 162,625   | 75,620  |
| からだケア       | 1,524,169 | 657,647 |
| 医療・予防       | 184,737   | 104,479 |

### 記事ランキング

|                                       |
|---------------------------------------|
| 発達障害は病気ではなく「脳の個性」 治すべきものではない          |
| セックスは体にいい？ 何歳までできる？ 素朴な疑問を聞いてみた       |
| 「いつ食べるか」でこんなに変わる！ 肥満・老化を防ぐ時間栄養学       |
| 体内時計を整え、筋肉を増やし、血糖値や血圧も抑える食事のコツ        |
| 老化抑制のカギを握る「オートファジー」 最新研究で見えてきたその驚異の機能 |
| 1日ビール1缶でも脳が萎縮する！？                     |
| 筋トレ効果を高め、体内時計を若返らせるには、運動はいつがベスト？      |
| 細胞の若返り機能「オートファジー」は60代以降、急速に衰える        |
| 50代が「酒」の分かれ道？ 一生健康で飲むために何が必要か         |
| 老化の元凶「糖化」、リスクが高い人の特徴は？                |

|            |         |
|------------|---------|
| メールマガジン配信数 | 216,285 |
|------------|---------|

### 日経BP 全サイト

|      |            |
|------|------------|
| 月間PV | 78,974,782 |
|------|------------|

|      |            |
|------|------------|
| 月間UB | 26,800,981 |
|------|------------|