

PVレポート 12月

全体月間PV	1,587,888
全体月間UB	685,962
スマホ比率	44.91%

	PV	UB
ホーム	62,221	15,714
スポーツ・エクササイズ	81,440	46,882
ダイエット・食生活	108,179	52,190
からだケア	966,672	404,987
医療・予防	268,971	156,890

記事ランキング

あなたの血管年齢はどのくらい？ 全身の老化は血管から始まる
老化は病気だった！ 諸悪の根源は「酸化ストレス」その正体は
股関節の可動域を広げ、なめらかに動かすための動的ストレッチ
体のサビを防ぐ栄養素と食事とは お酒は酸化が進む？
運動嫌いでも大丈夫！ たった3秒の筋トレが効く秘密とは
「100年血管」をつくるには 血管の若さを保つ内皮細胞のスゴイ働き
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
血管を若返らせる4つの運動「早歩き・片足立ち・かかと上げ・ジャンプ」
肝臓をいたわるために、やめたほうがいい飲み物は？
ひざの痛みの解消法 なぜあえて「動かす」のがいい？

メールマガジン配信数	227,219
------------	---------

日経BP 全サイト

月間PV	72,187,330
月間UB	24,394,050