

PVレポート 6月

全体月間PV	1,279,459
全体月間UB	444,109
スマホ比率	48.78%

	PV	UB
ホーム	58,474	14,100
スポーツ・エクササイズ	109,504	51,415
ダイエット・食生活	64,450	28,201
からだケア	699,028	249,574
医療・予防	282,155	130,784

記事ランキング

見た目が若返り、筋肉も増える！ 長続きする「筋トレ」メニューとは
老化の元凶「糖化」は、糖質と脂質のダブルパンチで進む
老化も若返りも食べ方次第！「糖化」を防ぐ食事の鉄則
蒸留酒より醸造酒？ 糖化を最小限に抑える「お酒」の飲み方
「朝の高血圧」が危ない！ 始めよう、朝の測定
腰の痛みを甘く見ない！ 危険な腰痛とは？
体幹・股関節・ひざが硬い人向け「30秒の柔軟性エクササイズ」
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
老化を遠ざける「抗酸化能」を高める生活習慣は？
「急な尿意で漏らすことも」「骨盤底筋トレーニングは何回すべき？」名医が回答！

メールマガジン配信数	229,237
------------	---------

日経BP 全サイト

月間PV	72,893,145
月間UB	24,230,590