

PVレポート 1月

全体月間PV	1,775,176
全体月間UB	673,089
スマホ比率	62.69%

	PV	UB
ホーム	56,529	13,573
スポーツ・エクササイズ	92,790	40,854
ダイエット・食生活	84,037	33,466
からだケア	1,182,632	504,909
医療・予防	211,106	94,899

記事ランキング

シニアになると増える「腰曲がり」って何？
1日1万歩より効果的！ 究極のウォーキング「5つの原則」
10歳若返る！ 歩くだけでまるで筋トレ「インターバル速歩」
ウォーキングで差がつくカギは？ 歩き方次第で生活習慣病予防に！
脳の老化はあきらめなくていい！ その3つの理由とは
日常の瞬間すべてが脳トレに！ 脳を成長させる4つの新習慣
首・肩・腰の痛みを減らすインナーマッスルの鍛え方
「1日1万歩」より効果的 究極のウォーキング
シニアの新常識！ 低栄養にならない食べ方のポイントは？
脳機能の維持には「休む×歩く」が重要 脳の限界のサインとは

メールマガジン配信数	229,671
------------	---------

日経BP 全サイト

月間PV	61,571,720
月間UB	20,353,750