

PVレポート 2019年5月

全体月間PV	2,675,174
--------	-----------

全体月間UB	733,087
--------	---------

スマホ比率	51.78%
-------	--------

	PC		モバイル	
	PV	UB	PV	UB
ホーム	65,664	21,392	20,737	7,937
スポーツ・エクササイズ	674,366	158,646	810,140	289,949
ダイエット・食生活	211,866	57,399	230,180	74,594
からだケア	98,026	28,358	136,103	52,554
医療・予防	183,329	62,447	149,126	72,954

記事ランキング

1: 「1日1万歩」「軽い筋トレ」を続けても成果は出ない理由
2: 「週3回筋トレしても筋肉量が増えません」“筋肉博士”がズバリ回答!
3: 「腰が痛い」ときの自己診断～あなたの腰痛はどのタイプ? どうすれば
4: 毎日続けるだけで筋トレにもなる4つの習慣
5: 日本酒やワインが、老化の元凶「糖化」を抑える!?
6: 「昔運動してた人は筋肉の戻りが速い?」“筋肉博士”がズバリ回答!
7: 人生後半、食事内容をギアチェンジするタイミングがやってくる
8: 老化防止にたんぱく質はどれだけ必要? 注目は「ロイシン」!
9: 飲む前に飲む“助っ人”に「酢酸菌酵素」というニューフェイス現る
10: 有酸素運動の前に筋トレすると脂肪の燃焼がアップ!

メールマガジン配信数	197,672
------------	---------

日経BP 全サイト

月間PV	82,654,162
------	------------

月間UB	17,896,570
------	------------