

報道関係 各位

気がつけば また伸びている。

ヘルス・グラフィックマガジン Vol. 56「爪と毛」号発行



HGM Vol.56「爪と毛」号 表紙



pp.4-5 セ爪イツカンとシナワモナイ



pp.6-7 知ればもっと大切になる 爪と毛のはなし

アイセイ薬局は6月16日、健康情報誌『ヘルス・グラフィックマガジン（以下、HGM）』Vol. 56「爪と毛」号を発行しました。HGMは毎号ひとつの症状にフォーカスし、医師や専門家監修のもと、メカニズム・改善方法・発症リスクなどをこだわりぬいたクリエイティブで解説する季刊フリーペーパーです。

実はとっても重要な「爪と毛」

いつの間にか伸びていて、放っておくと折れたり痛んだりする爪と毛。手入れが面倒に感じることもあるかもしれませんが、体にとって重要な役割を担っています。爪は指先の皮膚や骨を保護し、指先の力を支えたり、感覚・力を調整するために欠かせない存在。髪の毛は暑さや寒さ、衝撃、紫外線から頭を守り、まつ毛や眉毛は目を保護してくれます。また同時に外見にも大きく影響する爪と毛。その不調やトラブルは、小さくても、私たちの生活の質（QOL）に直結しがちです。6月16日発行のHGM最新号では、不調やトラブルの予防、対処法など、爪と毛を大切にするためのヒントをたっぷりお届けします。

知ってる？ 爪トラブルと正しいケア

ささくれや二枚爪、表面のでこぼこなど、「爪トラブル」を経験したことのある人は多いかもしれません。自分でケアできるものから、医療機関の受診が必要なものまで、代表的な症状とその原因、セルフケアや受診のポイントなどをご紹介します。監修の入澤先生によると、正しい爪切りはトラブル対策にもなるそう。この機会に、ご自身の爪切りを振り返ってみましょう。乾燥もトラブルの一因になるので、ハンドクリームを爪と爪の周りにも塗りこむのがオススメです。痛みを伴ったり、変色している場合は、病気が隠れていることもあるので、放置せずに医療機関を受診してください。



pp.8-9 爪トラブルキュー 自分でケアしよう編



HGM「爪と毛」号では他にも、頭皮の血行を良くするヘッドマッサージ、爪と毛にも大切なたんぱく質がとれる簡単作り置きレシピ、「やりすぎ」と「やらなすぎ」のNGヘアケア、薄毛・脱毛のメカニズムと治療法など、「爪と毛」にまつわる情報を“正しく・わかりやすく・楽しく”紹介しています。

【ヘルス・グラフィックマガジンについて】 ★2015 年「グッドデザイン・ベスト 100」を受賞

概要：発行部数 12 万部／年 4 回発行／判型 200×200mm／全 24 ページ／オールカラー

設置拠点：全国のアイセイ薬局グループ店舗、病院・クリニック等の医療機関、

フィットネスクラブ、図書館、フリーペーパー専門店など 全国 600 拠点以上

◆HGM はデジタル版でもご覧いただけます <https://www.aisei.co.jp/magazine>

【Vol. 56「爪と毛」号 メイン監修者】

- 入澤亮吉先生（東京医科大学病院 皮膚科 講師）：毛髪疾患・爪疾患診療のエキスパート。脱毛症の専門外来も担当している。

HGM の内容は発刊に先立って、すべての当社薬剤師に共有を行い、HGM による情報提供と店頭でのコンサルティングの連携を図り、薬局に来局された方へ質の高いサービスの提供を行う体制を整えております。

【本件取材に関するお問い合わせ先】

株式会社アイセイ薬局
コーポレート・コミュニケーション部 広報担当：原田・蛸崎（かきざき）
TEL：03-3240-0250 FAX：03-6212-4193
E-Mail：koho@aisei.co.jp

【ヘルス・グラフィックマガジンに関するお問い合わせ先】

株式会社アイセイ薬局
ヘルス・グラフィックマガジン編集部
E-Mail：hgm@aisei.co.jp

アイセイ薬局について <www.aisei.co.jp>

～誰もがすこやかに、笑顔でいられる毎日を。～

創業から 40 年以上、患者さまの健康を支え、地域社会の医療に貢献するために、さまざまな取り組みを行っています。「地域のかかりつけ」として健康管理の身近なパートナーになれるよう、薬による治療のサポートに加え、予防や未病の段階からの健康サポート、健康相談や地域活動を推進。健康情報誌「ヘルス・グラフィックマガジン」をはじめ、健康情報メディア「[HELICO](http://www.helicom.jp)（ヘリコ）」、ヘルスデザインブランド「[KuSu](http://www.kusu.jp)（クス）」などを展開しています。

◆薬局店舗数：407 店舗（2025 年 6 月 1 日現在）