

「わたしの不調に、わたしのペースで」
LINE で完結するオンライン漢方相談『わたし漢方』
LINE 友だち登録者数 15 万人を突破！
～“なんとなく不調”に寄り添う、新しい漢方のかたち～

アイセイ薬局グループの株式会社 AXIS が運営する、LINE 特化型オンライン漢方相談サービス『わたし漢方』において、2025 年 6 月時点で LINE 公式アカウントの友だち登録者数が 15 万人を突破したことをお知らせします。

本サービスは、“なんとなく不調”に悩む現代人を、漢方の力で日常的な体質改善のサポートをしています。無料体質チェックから薬剤師による体質改善提案、注文や申し込み後の相談まで、スマホ一つで完結する手軽さと、専門性の高さが評価されています。

■『わたし漢方』とは

『わたし漢方』は、スマホ一つで体質チェックから相談・注文・服薬サポートまでを実現する、LINE 特化型のオンライン漢方相談サービスです。

<https://www.watashikampo.com/>

【特徴】

- ・初回無料の体質チェック
- ・薬剤師が一人ひとりの体質を分析し、改善プランを提案
- ・LINE で 24 時間いつでも相談受付（※返答は営業日対応）
- ・お申し込み・購入・配送手配まですべてオンラインで完結
- ・有料プランにて漢方薬の服用・継続管理が可能



お悩みのトップは「自律神経の乱れ」——現代人の声に漢方で応える

2024年2月～2025年2月のユーザー相談ランキングでは、以下のような声が多く寄せられています。

わたし漢方 お悩みランキング

	20代	30代	40代	50代	60代
1位	ダイエット	イライラ/不安・心の疲れ	イライラ/不安・心の疲れ	更年期障害	不眠
2位	月経トラブル	ダイエット	更年期障害	イライラ/不安・心の疲れ	イライラ/不安・心の疲れ
3位	イライラ/不安・心の疲れ	不妊(女性)	ダイエット	ダイエット	疲れ・免疫力をあげたい
4位	不妊(女性)	月経トラブル	頭痛・肩こり	不眠	めまい・耳鳴り/難聴
5位	ニキビ	頭痛・肩こり	月経トラブル	頭痛・肩こり	ダイエット

『わたし漢方』調べ：2024年2月～2025年2月

どの年代でも上位のランキングに入ってくる「自律神経の乱れ」は、忙しい現代社会において、多くの方が抱えやすいお悩みの一つです。寒暖差やストレス、生活リズムの乱れにより、多くの方が悩みやすく、体調不良の要因になっています。『わたし漢方』では、こうした言語化しにくい“未病”のお悩みに寄り添い、生活習慣アドバイスと漢方の両面から改善を目指します。

自律神経を整えるのにおすすめの食養生法

腸の働きを良くすることは、自律神経を整えることにつながります。

朝に温かいものを摂ると、寝ている間に休んでいた胃腸が活発になります。

そこで朝食におすすめなのが「お味噌汁」です。

かぼちゃ、ねぎ、たまねぎなどの体を温める食材を入れた具たくさんのお味噌汁で、手軽に栄養補給できます。

洋食が多い方はパン単品ではなく、もう一品追加することを心がけてみましょう。

心の安定に効果のある、卵やしじみを使った温かいスープなど、追加しやすいものから始めてみてください。

実際に『わたし漢方』をご利用いただいている方からは、以下のようなお声をいただいています。

「対面でない点を心配していましたが、LINEで体調の悩みや飲み方などをすぐ相談できるところが利用しやすく満足しています。」

「病院に行ったり、薬局に行ったりする時間があまりないため、オンラインでいつでもアクセスできるのが助かります。」

「漢方を取り扱っている場所が近くになくとも、気軽にサービスを受けられるので、とても満足しています。」

「その時の体調に合わせて処方を変えられることや、細かく症状を聞いて提案してもらえる。LINEでのやり取りなので不規則な生活でも自分のペースで利用しやすい。」

こうした声を受けて、『わたし漢方』は、一人ひとりの「わたしらしい健やかさ」への歩みに寄り添い、さらなるサービスの充実を目指しています。

展望：誰もが「わたしらしい健やかさ」を選べる社会へ

『わたし漢方』は今後も、「対話」と「デジタル」を掛け合わせた新しい漢方のあり方を追求しながら、誰もが自分らしく不調と向き合える社会の実現を目指してまいります。

【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

担当：原田・蛸崎（かきざき）

TEL：03-3240-0250 FAX：03-6212-4193 E-Mail：koho@aisei.co.jp

【『わたし漢方』サービスに関するお問い合わせ先】

わたし漢方 E-Mail：watashikampo@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](#)（ヘリコ）」、プライベートブランド「[KuSu](#)（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）

■AXISについて <www.axis.style>

2015年設立。薬剤師のキャリア支援や、医療人材の活躍を支援するサービスを展開。

『わたし漢方』の開発・運営を通じて、医療の“気づき”の体験価値を再設計している。