

2021年11月2日

各位

長野県松本市芳野19番48号  
キッセイ薬品工業株式会社  
(コード番号4547:東証第1部)

## おしっこで悩む方に向けたウェブサイト 『～笑顔でスッキリ！～ おしっこ"新"ライフ』の新コンテンツ『尿活のすすめ』 公開のお知らせ

キッセイ薬品工業株式会社(代表取締役会長兼最高経営責任者:神澤陸雄)は、キッセイ薬品が運営するウェブサイト『～笑顔でスッキリ！～おしっこ"新"ライフ』の新コンテンツ『尿活のすすめ』を10月26日より公開しました。『尿活のすすめ』はおしっこトラブル(尿トラブル)の予防や軽減のためのエクササイズや快尿のための食事情報を紹介するウェブサイトです。排尿に関する悩みは、相談しにくく、年齢のせいとあきらめてしまっている方も多くいらっしゃいます。そのような方でも気軽に実践できる生活上の工夫を提供します。



The screenshot shows the website interface for 'おしっこ"新"ライフ' (Urine Life). At the top, there is a navigation bar with a home icon and several menu items: 'おしっこ"新"ライフとは?', '排尿障害について考える', '代表的な疾患について解説', '教えて! おしっこに関するQ&A', and '尿活のすすめ'. Below the navigation bar, the main content area features a large heading '尿活のすすめ' (Urine Activity Recommendation). Underneath, a sub-heading reads 'おしっこトラブルの予防や軽減のためのエクササイズ、快尿のための食事情報をご紹介します' (We introduce exercises for prevention or reduction of urine troubles, and dietary information for fast urination). Two main content boxes are displayed: the first is titled '尿活トレーニング' (Urine Activity Training) and features an illustration of a man and a woman exercising; the second is titled '毎日取り入れたい「快尿食」' (Daily Recommended 'Fast Urination Food') and features an illustration of a plate of food including salmon, rice, and vegetables.

～笑顔でスッキリ！～ おしっこ"新"ライフ 『尿活のすすめ』

URL: <https://www.kissei.co.jp/urine/activities/index.html>

『～笑顔でスッキリ！～ おしっこ"新"ライフ』では、これまでおしっこトラブルに悩む方々を応援するために、排尿障害に関わる基礎的な情報や生活の中での実際のケース別のQ&Aを中心に情報を掲載しており、おしっこトラブルを正しく理解して、笑顔でスッキリとした毎日を送るために役立つ情報などを提供してまいりました。今回新たに運動と食事の側面での情報提供として『尿活のすすめ』を追加いたしました。『尿活のすす

め』では、おしっこトラブルの予防や改善が期待される尿活トレーニング(尿トレ)に関する動画と、快尿のための食事情報として季節ごとの快尿食のレシピをお届けします。

夜間頻尿や過活動膀胱などの排尿障害では、生活指導を含む行動療法が治療の第1選択肢として推奨されており、当ウェブサイトでは監修いただいた医師の順天堂大学大学院医学研究科泌尿器外科学教授堀江重郎先生のメッセージとともに、手軽に取り組める尿活トレーニングの動画を掲載しております。また近日中には、さらに動画の追加を予定しております。

## 尿活トレーニング

尿活を行うことで、おしっこトラブル(尿トラブル)の予防や尿トラブルを改善することが期待されます。そして全身運動を組み合わせることで、生活習慣病の予防にも役立ちます。

## 監修医からのメッセージ



※クリックすると再生されます

順天堂大学大学院医学研究科  
泌尿器外科学 教授  
**堀江 重郎** 先生

尿活というのは、筋肉の力を取り戻すことによって、尿トラブルを予防したり、あるいは改善していく、ということを図る生活の工夫です。この尿活トレーニングをご活用いただいて、ぜひ、スッキリと笑顔のある毎日を送っていただければと思います。

### 肩甲骨エクササイズ



※クリックすると再生されます

猫背改善&尿トラブル予防

### 足首の運動



※クリックすると再生されます

血行改善&むくみ改善

尿活トレーニング(URL : <https://www.kissei.co.jp/urine/activities/training.html>)より

キッセイ薬品は、当ウェブサイトでの情報提供を通じて、おしっこの症状で悩む患者さんのQOL向上に一層貢献できるよう努めてまいります。

以上

《 お問い合わせ先 》  
広 報 部  
TEL : 0263-25-9523