

2021年8月24日(火)開設

あなたのキレイを腸活で応援します。

コミュニティサイト「ハッピー腸活ライフ」

～腸活ファン同士で楽しく語り、つながれる～

腸活ファンコミュニティ“腸内会”では、腸活マスターによる腸活メソッドを配信！

株式会社ハーバー研究所（所在地：東京都千代田区）は、ビフィズス菌を適正に増やしておなかの調子を良好に保つ特定保健用食品（トクホ）「オリゴワン®飲料」の特設サイト内に、腸活をサポートするコミュニティサイトを8月24日(火)に開設、11月30日(火)までの期間限定で「腸活」に役立つ情報を展開いたします。

コロナ禍が続く中で、体調を崩す方が増えている今、ストレスの影響を一番受けやすい腸内環境を良好に保ち、腸美人を目指すことで健やかで美しく、笑顔のある毎日をサポートします。



■特設サイト URL : <https://choukatsu-haba-oligo.com/>

■期間 : 2021年8月24日(火)～11月30日(火)

【腸活ファンコミュニティ “腸内会”】

特設サイトでは、腸活ファンコミュニティ“腸内会”を発足。いま SNS でも注目される「腸活」を行うファン同士で楽しく語り合い、つながれるファンサイトとして、腸活情報を発信・共有できる場所を目指します。オリゴワン®飲料が当たる SNS 投稿キャンペーンの開催やオンラインイベントを予定し、腸活に興味を持つ初心者から腸活中の方まで、気軽に参加いただけるコミュニティです。

■ 腸活ライフコミュニティ“腸内会”コンテンツ

- 〈1〉～腸活マスターの腸活メソッド～（8月24日より随時更新）
- 〈2〉～腸内会掲示板(SNS投稿キャンペーン)～（9月1日よりキャンペーン応募開始）
- 〈3〉～腸内会オンラインイベント～（8月20日より参加者募集中、実施日:10月6日、11月6日）
- 〈4〉～腸のカリスマドクター小林医師の『腸活のススメ』～（近日公開）
- 〈5〉～オリゴ先生の腸活コラム～（8月11日より毎週更新中）
- 〈6〉～オリゴワン®飲料とは～



■〈1〉～腸活マスターの腸活メソッド～

SNSを中心に活躍する「腸活マスター」が、3つのカテゴリーで腸活メソッドを伝授いたします。

「初めての腸活(毎週月曜日更新)」担当としては、総SNSフォロワー25万人に支持されるインフルエンサー朝長美桜さん。「からだを動かして腸活(毎週火・木曜日更新)」担当に、ミスユニバース東京代表のファイナリストに選出され、ダイエットプロフェッショナル・アドバイザーでもある渡辺弓華さん。「食・知識で腸活(毎週水・金曜日更新)」担当に、野菜ソムリエプロ、フードアナリストとして活躍し、美脚トレーナーでもある菅野広恵さんがそれぞれ担当し、「今日からできる」をテーマに、毎日できる腸活で、皆さんの腸活ライフをサポートします！



「初めての腸活」担当 朝長美桜さん
毎週月曜日更新



「からだを動かして腸活」担当 渡辺弓華さん
毎週火曜・木曜日更新



「食・知識で腸活」担当 菅野広恵さん
毎週水曜・金曜日更新

■<2>～みんなの腸活掲示板(SNS 投稿キャンペーン)～

「Instagram&Twitter」プレゼントキャンペーンを実施いたします。ハーバー研究所公式 Instagram をフォロー&「いいね」、または Twitter をフォロー&リツイートをするだけで、9月から11月までの3か月間、抽選で毎月10名様に、オリゴワン®飲料(24本)をプレゼントいたします。さらに「腸活」に関する投稿も募集し、腸活情報をシェアしていただけます。

■<3>～腸内会オンラインイベント～

3人の腸活マスターによる、オンラインイベント(オンライン配信)を開催いたします。

「今日からできる腸活メソッド」を、オンラインで一緒に楽しめる、腸活マスターと腸活ファンとの交流企画です。さらに、イベント当選者には「オリゴワン® ヨーグルトサワー味」1週間分(125ml×7本)をプレゼント！腸を磨いてストレス知らずの幸せ体質になりましょう。

【開催概要】

- ・日程：2021年10月6日(水) 19:00～ / 2021年11月6日(土) 14:00～ (各回30～40分)
 - ・各回定員100名 ※事前応募によるご招待制となります。参加無料。
 - ・募集締切：10月6日(水)の回は9月20日(月・祝)まで / 11月6日(日)の回は10月10日(日)まで
※当選の方には参加方法を事前にご案内いたします。
- ※都合により、イベントの開催日時・内容が変更になる可能性があります。

<応募はコチラ><http://choukatsu-haba-oligo.com/event/>



■<4>～腸のカリスマドクター小林医師の『腸活のススメ』～

腸内環境のスペシャリストで医学博士の小林弘幸医師による、『腸活のススメ』をコラムでご紹介いたします。腸内環境をしっかりと整え、腸美人を目指すために知っておきたい「腸の基本の・き」から、小林医師直伝の腸美人になるためのメソッドを分かりやすくご説明いただきます。



小林弘幸(こばやしひろゆき)氏

順天堂大学医学部教授。日本スポーツ協会公認スポーツドクター。順天堂大学医学部卒業。自律神経研究の第一人者。日本初の便秘外来を開設した腸のスペシャリスト。腸内環境を整えて健康な心と体を作る様々な方法を提唱している。

【著書】『医者が考案した「長生きみそ汁」(アスコム)』『免疫力が10割—腸内環境と自律神経を整えれば病気知らず』(プレジデント社)をはじめ、ベストセラー多数。



■<5>～オリゴ先生の腸活コラム～

ハーバー研究所 取締役 研究開発部担当の、腸活大好きオリゴ先生こと西村良徳が、毎週水曜日に、腸活に役立つ情報を全 15 回シリーズで連載しています。「オリゴワン®飲料」のことはもちろん、腸のしくみやおなかの調子を良好に保つヒントをお伝えしています。



■<6>～オリゴワン®飲料とは～

「オリゴワン®飲料」の商品紹介とともに、「オリゴワン®飲料」にも配合されている「乳果オリゴ糖」について、「腸活チェック」、「腸活とは」と、腸にまつわるあれこれをイラストで紹介いたします。

腸の状態をチェック！

毎日の生活習慣や気になることをチェックしてみましょう。
お通じや体の不調、肌荒れやイライラなど、腸活で改善できるかもしれません。

<input type="checkbox"/>	偏った食事ばかり食べている
<input type="checkbox"/>	肉中心で野菜や海藻はほとんど食べない
<input type="checkbox"/>	お酒を飲みすぎてしまうことがよくある
<input type="checkbox"/>	仕事はデスクワーク中心で、長時間座っている
<input type="checkbox"/>	移動で歩く以外に運動していない
<input type="checkbox"/>	寝る時間や食事の時間が不規則
<input type="checkbox"/>	深夜まで夜更かしすることが多く、睡眠不足がみ
<input type="checkbox"/>	ストレスを感じる事が多く、なかなか解消できない

合計チェック数 0 個

✓ チェックが2個以上あったらますます腸活！