



2025 年 5 月 28 日

大正健康ナビ、5/28 新着情報

更年期の乗り越え方は？二宮未摩子さんにインタビュー



大正製薬株式会社（以下、当社）が運用する健康情報サイト「大正健康ナビ（<https://www.taisho-kenko.com>）」では、季節やトレンドに合わせて、あなたのお役に立つコラムを随時更新しています。

5 月 28 日に新着公開したコラムでは、株式会社 TRULY 代表取締役 CEO である二宮 未摩子さんに更年期についてインタビューした記事をご紹介します。

「更年期を、いい変化のチャンスに。」――二宮さんが立ち上げたスタートアップ TRULY は、男女の更年期の課題に取り組むフェムテックカンパニーです。ここ数年では、男性の更年期もニュースでも取り上げられるなど、少しずつ注目されてきています。

誰もが経験する更年期とどう向き合うべきなのか、心が軽くなるようなお話をうかがいました。

“Change of life”『更年期が終わればその先に新しい人生が待っている』

つらい印象の更年期。実際に症状に苦しんでいる人たちは多く、これから迎える人たちにとっても不安や恐れの対象になっています。しかし、60 代、70 代の方々って、とても元気な印象がありますよね。エストロゲンによるホルモンの支配から解放されて、テストステロンが優位になるので、男子高校生並みに元気になることもあるようです。

更年期は通り道、通過点のトンネルです。ここをくぐり抜けて、新しい時間や人生を迎えることを楽しみに過ごしていけるよう、正しい知識で更年期と向き合い、一緒に乗り越えていきましょう。

5月28日 新着健康情報

更年期の乗り越え方は？二宮未摩子さんにインタビュー

<https://www.taisho-kenko.com/column/149/>

女性ホルモンが活発だから、更年期の症状も起きている。今まで当たり前に行っていたことができなくなる、それがしんどいということは、それだけ頑張ってきた証拠。更年期とは、頑張ってきた自分が、休憩をして、自分と向き合う大切な時期なのかもしれません。

プロフィール

株式会社 TRULY 代表取締役 CEO
二宮 未摩子（にのみや・みまこ）さん

2007年に博報堂に入社。営業職として通信キャリア、大手エステティックサロン等を担当。入社3年目の妊娠時、働くことが困難なほどの激しいつわりを経験し、女性の心と体は女性ホルモンの影響を強く受けることを痛感。職場復帰後、社内の事業開発部門で女性向けの商品開発プロジェクトを発足。2020年、更年期の課題解決に取り組む「TRULY」を起業し独立。中学生男子の母。

大正健康ナビ: <https://www.taisho-kenko.com>

大正健康ナビでは、生活習慣病などのつらい症状、人には言いづらい悩みの原因、症状、改善や予防法をご紹介します。また、気になる症状をすぐにチェックできるコンテンツもご用意。いろいろな疑問にも専門医が分かりやすくお答えします。

大正製薬について

当社は「人々の病気を予防し、健康を増進させたい。」こうした思いから大正元年に創業しました。以来、100年以上にわたって生活者の皆さまの健康で豊かな暮らしの実現に貢献するために、病気の予防や治療、健康によりそうべく、医薬品から食品まで幅広い製品ラインアップで、皆さまのさまざまなニーズにお応えしてまいりました。昨今、健康意識が高まる生活者の皆さまのニーズが多様化しており、このような変化に柔軟に対応しながら高品質な製品とサービスを提供し続けることで、皆さまの健康に寄り添ってまいります。

<本件に関する報道機関からのお問い合わせ先>

大正製薬株式会社 メディア推進部 03-6382-7304
梶田 寛文 h-kajita@taisho.co.jp