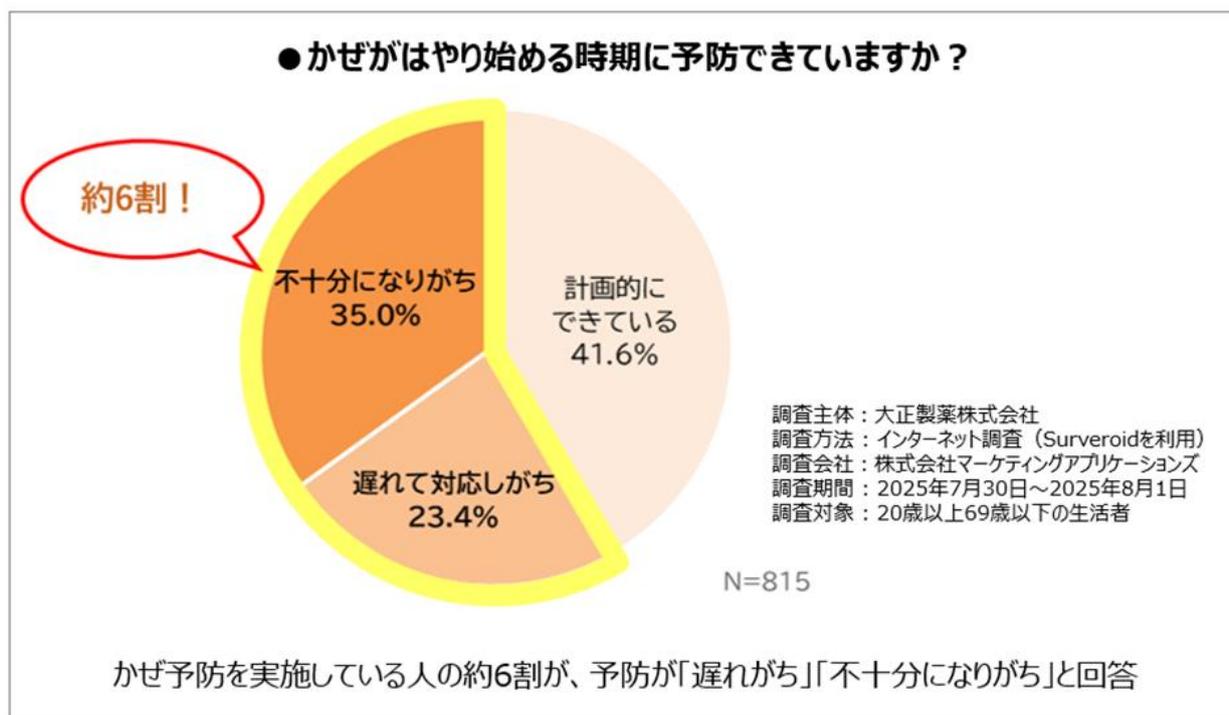




2025年10月8日

大正健康ナビ、10/8 新着情報 「早めのかぜ予防で、食欲の秋、スポーツの秋を楽しもう」を公開！



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.taishokenko.com>）」では、10月8日に「早めのかぜ予防で、食欲の秋、スポーツの秋を楽しもう」を新着公開しました。

当社では、かぜやタウリン、頭痛、熱中症などさまざまな疾患や成分に関する調査を実施しています。その調査から明らかになった、皆さまにとって役立つ情報を「大正製薬が調査したお役立ち情報」として公開しております。

今回は、かぜがはやり始める時期に予防できているかの調査結果と、「お住まい地域のかぜ流行状況の知り方」、「医師推奨のかぜ予防法」などを分かりやすくご紹介します。

予防は【ウイルスを侵入させないケア】×【免疫力を上げる】が重要

普段から行っている手洗い・うがい・マスクはウイルスを侵入させないケアですが、これらにはポイントがあり、そのポイントを意識して行うことで、より効果的な予防につながります。また免疫力を高めるためには、食事・運動・睡眠が大切です。

10月に入り、肌寒さを感じ始めるこの時期。「まだ大丈夫」と少し油断している今こそ、かぜの流行時期かもしれません。下記記事を読んで、早めのかぜ予防に取り組み、食欲の秋・スポーツの秋を

楽しみましょう！

10月8日 新着健康情報

大正製薬が調査したお役立ち情報

「早めのかぜ予防で、食欲の秋、スポーツの秋を楽しもう」

<https://www.taisho-kenko.com/ingredient/58/>

目次

1. かぜ予防を実施している人の約6割が、予防が「遅れがち」「不十分になりがち」と回答
2. かぜなどの流行、どうやって知る？
3. 医師推奨のかぜの予防法は、【ウイルスを侵入させないケア】×【免疫力を上げる】

手洗いのポイントはこちら

<https://www.taisho-kenko.com/column/6/#ID6>

うがいのポイントはこちら

<https://www.taisho-kenko.com/column/58/#ID4>

マスクの正しいつけ方はこちら

<https://www.taisho-kenko.com/column/6/#ID10>

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

田中 秀治 shuj-tanaka@taisho.co.jp