

2026年1月16日
株式会社キリン堂

～大阪府民の健康寿命延伸に向けて～

大阪府×(株)キリン堂×味の素(株) 3者連携取組第3弾

「朝食×運動×睡眠でカラダ・ココロの充実 Well-being を高めよう！」企画を開催しています！

【開催日程】2025年11月16日(日)～2026年1月31日(土)

【開催場所】キリン堂 大阪府内ドラッグストア店舗(141店舗)

《店頭イベント》キリン堂(茨木太田店 2025年11月16日(日) 実施済み)

関西を中心にドラッグストア・調剤薬局を展開する株式会社キリン堂(以下、キリン堂)は、大阪府民の健康づくりへの支援を目的に、大阪府が推進している「健活10〈ケンカツ テン〉」の活動を支援する取り組み「朝食×運動×睡眠でカラダ・ココロの充実 Well-beingを高めよう！」企画を、味の素株式会社大阪支社(以下、味の素(株))と連携し、2025年11月より実施しています。

これまで、大阪府民の健康づくりを後押しすべく、大阪府、味の素(株)、キリン堂の3者連携により、朝食摂取を中心とした健康づくりの啓発を2年続けて実施してきました。昨年度は、朝食摂取に加え、運動・睡眠に関する啓発を実施し、店頭イベントでは生活者の皆様が運動と睡眠に特に課題感を持たれている可能性を確認しました。近年、WHOが重要な政策指針に位置付けるように、「心と身体の健やかな状態(ウェルビーイング)」の向上に対して国際的に関心や重要性が高まっています。こうした背景から、今年度は第3弾として、朝食摂取、運動、睡眠を改善して日々のWell-beingを高めるコンセプトでの企画を開始することとしました。

■「朝食×運動×睡眠でカラダ・ココロの充実 Well-being を高めよう！」企画について

1. キリン堂、味の素(株)による「栄養・運動・睡眠 健康フェア」(開催済み)

日時:2025年11月16日(日)

場所:キリン堂 茨木太田店

内容:キリン堂、味の素(株)による「栄養・運動・睡眠 健康フェア」を、朝食・運動・睡眠に対する意識を高める機会として実施

キリン堂茨木太田店において、キリン堂・味の素(株)による「栄養・運動・睡眠 健康フェア」を開催し、およそ120名の方が参加されました。当日は、シールアンケートによって、来場者の「朝食・運動・睡眠に関する主観的な満足度の見える化」を行い(95名の参加)、その後「グリナ®」睡眠ケア&ストレスケアや、「アミノバイタル®」ゼリードリンク ガッツギア®などのアミノ酸製品のサンプルおよび、大阪府「健活10ソング・ダンス」の紹介による運動・睡眠の重要性に関する啓発を行いました。さらに、キリン



▲シールアンケート

堂管理栄養士による骨密度などの体組成、血管状態の測定や「栄養・運動・睡眠などの健康に関する相談」を実施しました。一部の参加者の方には、朝食、運動、睡眠の各習慣と主観的幸福感^{※1}の関連に関するアンケートを実施しました(21名)。

※1 生活満足度や幸せだと感じる程度を、本人の主観的評価により示す概念。客観的な収入や健康状態とは別に、Well-being を把握するための重要な指標として、心理学や公衆衛生、国際政策分野で用いられている。



▲運動・睡眠の重要性に関する啓発



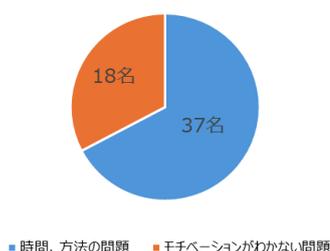
▲管理栄養士による測定や相談

参加者のシールアンケート結果(95名)から、朝食に関しては約85%の方が満足している一方で、運動、睡眠は約半数の方が不満足な状況である状況が示されました。朝食、睡眠においては、必要性やモチベーションはあるものの「時間、方法」の問題を抱える方が大半であり、運動に関しては「時間、方法」と「必要性、モチベーション」に課題がある方が半数いることが分かりました。結果から、朝食、睡眠についてはやり方・時間の制約を解決する「実行支援」が必要で、運動に限っては「動機づけ介入」も併用することが有効であることが示唆されました。

表1 日々の生活での朝食、運動、睡眠に関する満足度
(実際の行動ではなく、主観的な満足感)

	満足	不満足
朝食	85.3%	14.7%
運動	42.1%	57.9%
睡眠	57.9%	42.1%

運動習慣について不満足な理由



睡眠習慣について不満足な理由



図1 運動、睡眠の習慣において不満足な理由の内訳

朝食摂取に関しては満足感を感じる方が多かった状況ですが、21名の方に実施したより詳細のアンケートから、主観的幸福感と朝食の満足度との関連性を確認することができ、朝食の質を向上させる取り組みは、Well-being 実現に向けて重要であることが示唆されました。今回の結果を活かし、より生活者の満足度を向上させる取り組みへ発展させていくことを計画しております。

2. 朝食摂取、運動、睡眠を改善して日々の Well-being を高める啓発活動

開催期間:2025年11月16日(日)~2026年1月31日(土)

※店舗により期間、実施状況は異なります。

開催店舗:キリン堂 大阪府内店舗(ドラッグストア 141 店舗)

内容:キリン堂売場にて、「朝食×運動×睡眠でカラダ・ココロの充実 Well-being を高めよう!」オリジナルメニューリーフレット・POP を設置・配布(数量限定)

企画期間中は、キリン堂大阪府内ドラッグストア店舗にてオリジナルメニューリーフレットを配布し(約5,000部配布予定)、POPの掲示を行っています。

リーフレットでは、麒麟堂のPB商品を活用し、栄養バランスを考慮しながら手軽に10分以内でできる、麒麟堂管理栄養士が監修の朝食メニューを掲載しています。より詳細の情報を掲載したデジタルリーフレットでは、大阪府知事、麒麟堂からのメッセージや、朝食・運動・睡眠に関する情報を得ていただくことで、朝食摂取と運動の習慣形成で良質な睡眠に繋げることの重要性が理解でき、1日を通して健康づくりを実践したくなる構成としております。

開催期間は残りわずかとなりましたが、ぜひ店頭のリフレットやデジタルリーフレットで情報を得て、皆様の生活にお役立ていただければ幸いです。



▲リーフレット

▼デジタルリーフレット

https://t-recipe.aji-promotion.com/APT_52xjtpca.pdf



麒麟堂・味の素(株)では、今後も、様々な企画を通して、大阪府民の朝食摂取、運動促進、睡眠の質向上に繋げ、さらなる健康増進、健康寿命の延伸に貢献してまいります。

■キリン堂の管理栄養士による「栄養相談サービス」について

こうした取り組みに加え、管理栄養士の在籍店舗では「栄養相談サービス」を無料で実施しており、健康に関するお悩みを伺い、体組成などの測定結果を加味しながら、管理栄養士がマンツーマンで食事、運動などの生活改善ポイントをお伝えしています。

「栄養相談サービス」は1ヶ月に1回など定期的に受けられる方が多くいらっしゃいます。定期的にご自身の数値を確認し、管理栄養士とお話をする事が、生活改善のモチベーション維持につながっていると考えておりますので、ご関心がおありの方は、ぜひお試しください。



Kirindo キリン堂店舗の
管理栄養士による **栄養相談サービス**

どなたでも **無料** で受けられます。

体組成計などの測定機器を用いて健康チェックを行います。
「最近なんだか不調だな」
「若いころと比べて身体が変わってきた気がする」
と気になる方、まずは定期的に自身の身体の状態を知りましょう。

栄養相談で健康に関する情報をお伝えします。
健康に関する悩みを伺い、測定結果を加味しながら管理栄養士がマンツーマンで食事、運動などの改善ポイントをお伝えします。またあなたに合ったサプリメントなどを紹介することも可能です。ご希望の方には継続してカウンセリングを実施し、お薬種に寄り添って改善に向けてのお手伝いをいたします。

調剤薬局と連携しています。
調剤薬局にお薬を受け取りに来られる際には、食事で飲むお薬の成分などを確認できたり、食事で飲むお薬の成分などを確認できたり、病気を予防するためにも、薬剤師と管理栄養士が連携することでより充実した情報提供を行います。毎日の生活をサポートいたします。

健康フェアを実施しています。
もっと気軽に健康チェックがしたい、生活習慣の見直しポイントを知りたい、そんな方は、定期的に開催している健康イベント「健康フェア」までご利用ください。栄養相談サービスによる厚みがあります。管理栄養士や薬剤師などが健康チェックの結果の解説や生活改善のアドバイスを行います。情報については店頭などでお知らせしますので、ぜひお薬種にご参加ください。

実施日や詳細に関しては店舗へお問い合わせください。

「栄養相談サービス」実施店舗 (2026年1月時点)

- 大阪府:吹田亥子谷店 茨木太田店 長尾店 三国ヶ丘店 高石加茂店
 兵庫県:須磨大池店 宝塚宮の町店 魚住店 加古川中津店 加古川石守店
 六甲アイランド店 黒田庄店
 滋賀県:守山梅田店 皇子山店
- 栄養相談サービスの実施日に関しては店舗へお問い合わせください。

■ 株式会社キリン堂について

1955年の創業以来、「未病」というテーマを掲げ、関西地区を中心に433店舗のドラッグストア・調剤薬局チェーンを展開している。地域の皆さまの「楽・美・健・快」(より楽しく、美しく、健康で、快適な生活)をサポートし、健康寿命の延伸のための価値創造を使命とする。

<https://www.kirindo.co.jp/>

以上

本件に関するお問い合わせ先

株式会社キリン堂ホールディングス グループ経営企画室
 TEL:06-6394-0450 FAX:06-6394-0057 営業時間 平日)9:00~18:00、土日祝)休み
 E-MAIL:info@ir.kirindo-hd.co.jp