

診断数 470 万人突破の人気サービスがバージョンアップ

体質診断コンテンツ「からだかがみ」がリニューアル

～6タイプから8タイプへと体質分類を拡充し、養生や食生活のアドバイスも充実～

漢方薬を中心とした一般用医薬品と医療用医薬品を販売するクラシエ薬品株式会社は、当社が提供する体質診断コンテンツ「からだかがみ」をリニューアルし、6月30日(月)よりクラシエ薬品ホームページにて提供を開始します。

■「からだかがみ」 <https://www.kracie.co.jp/ph/k-therapy/karadakagami/>



近年、生活者の購買行動はパーソナライズ化が進み、医療・健康領域においても、一人ひとりに合わせたセルフケアを選択する傾向が高まっています。漢方では、「気(き)」「血(けつ)」「水(すい)」という3つの要素のバランスから体質を見極め、それぞれの体質に応じた処方を行います。そのため、自分自身の体質を理解し、体質に合った漢方薬やセルフケアを選ぶことが重要です。

「からだかがみ」は8つの質問に答えるだけで、自分の体質をチェックし、症状や体質改善をサポートしてくれるコンテンツです。2016年にサービスを開始して以降、セルフケアのパーソナライズ需要の高まりに合わせて体験者も増加し、2025年6月時点で診断数470万人を突破した人気コンテンツです。今回、より自分に合った体質を知ってもらい、養生や食生活についてのアドバイスの精度を向上させることを目的にリニューアルを実施しました。

今回のリニューアルでは、従来の6タイプ(血虚^{けつきよ}、瘀血^{おけつ}、陰虚^{いんきよ}、水滞^{すいたい}、気虚^{ききよ}、気滞^{きたい})に「湿熱^{しつねつ}」と「陽虚^{ようきよ}」を追加した8タイプに細分化しました。また、8タイプの人物イラストをトレンドに合わせた親しみやすいデザインへと一新しています。さらに、初めてご利用いただく方でも使いやすい設計にするために、操作画面を全面的にバージョンアップしました。

リニューアルを通して、これまで既存のタイプでは「何となく自分の体質と合わない」と感じていた方にも、より精度の高い診断結果と体質別のアドバイスを提供し、効率的なセルフケアや体質改善をサポートします。

<アップデートの特徴>

■「湿熱」「陽虚」の2タイプを追加し、8タイプへ細分化

既存の6タイプに、「湿熱」「陽虚」の2タイプを新たに追加することで、従来の分類では「いまいちじっくりこない」「どれにも当てはまらない」と感じていた方にも、精度の高い診断結果を提供できるようになりました。体質の理解が深まることで、不調の原因に気づきやすくなり、より自分に合った漢方・セルフケア選びに生かすことができます。



<NEW> 湿熱(しつねつ)タイプ

<このタイプの特徴>

体に熱と湿気がこもりやすく、皮脂が多く赤ニキビや吹き出物が出やすい体質。脂っこいものやアルコールを好む傾向があり、膀胱炎や便秘、胸やけなどの不調が現れやすくなります。代謝が滞り、過食や体の重だるさが気になる方に多いタイプです。



<NEW> 陽虚(ようきょ)タイプ

<このタイプの特徴>

体を温める力が弱く、顔色が白く冷えやすい体質。疲れやすく、下半身の冷えやむくみ、頻尿、鼻炎などが出やすいのが特徴です。寒がりです厚着をすることが多く、温かい食事を好む方に多く見られます。



血虚(けっきょ)タイプ

<このタイプの特徴>

栄養素である「血」が不足している状態。循環が悪くなることで、全身に栄養が行き渡らないため、貧血の傾向やめまい、しびれ、けいれんなどの症状も現れやすいです。また肌がカサカサしたり、抜け毛や白髪が増える傾向があります。



瘀血(おけつ)タイプ

<このタイプの特徴>

「血」の巡りが悪く滞り、体に栄養素が巡らない状態です。巡りが悪いことから、皮膚のトラブル(しみ、くま、ニキビ、肌あれなど)に悩みやすい傾向。また血行が滞ることから、肩こりや関節痛、頭痛なども招きやすい体質です。



陰虚(いんきょ)タイプ

<このタイプの特徴>

体内をめぐる「水」が足りていなく、体に潤いが無い状態です。体を潤し熱を冷ます働きのある水がないので、熱によるのぼせや口の渇きを感じる人も。また皮膚に乾燥感があったり、からげき、便秘傾向があります。



水滞(すいたい)タイプ

<このタイプの特徴>

水分代謝が悪く、「水」が体内で停滞している状態。余分な水分が溜まっているので、ぽっちゃり体型で、汗をかきやすく軟便・下痢気味の傾向があります。頭や体が重だるく感じやすいのも特徴です。



気虚(ききょ)タイプ

<このタイプの特徴>

「気」が不足してエネルギーが足りていないので、疲れや倦怠感があり、体が冷えやすい状態です。胃腸も弱く、食欲不振や胃もたれ、軟便・下痢をしやすい人も。体力もなく免疫機能も低下し、風邪を引きやすい傾向があります。



気滞(きたい)タイプ

<このタイプの特徴>

「気」の巡りが悪く停滞している状態。主に自律神経系の緊張やコントロールがうまくいかず不安定な傾向にあります。精神がストレスでイライラしたり、不安、憂鬱感を感じます。気の巡りが悪いので片頭痛があったりもします。

■自分の体質が視覚的に分かりやすい、新レーダーチャートを導入！

一人ひとりの体質傾向をより精度高く捉えられるよう、診断結果にレーダーチャートを採用しました。最も傾向の強いタイプがひと目でわかる表示に加えて、複数のタイプにまたがる特徴が把握できる構成にすることで、自身の体質を視覚的に理解できるよう設計しました。



■診断結果に基づいたアドバイス内容がさらに進化

体質診断を“して終わり”ではなく、日々の生活に生かせる実用的なセルフケアへとつながられるよう、診断後のアドバイス内容をアップデートしました。これまでの内容に加え、食生活やライフスタイルの具体的な提案を拡充し、専門家からの個別アドバイスのように、一人ひとりに寄り添った情報をお届けします。あわせて、初めての方でも迷わず使える、やさしい仕様・デザインへ新し、“自分に合ったケア”を実践につなげやすい設計に仕上げました。

■クラシエ薬品について



日本を生きるあなたへ。
クラシエの漢方

クラシエ薬品は漢方のプロフェッショナルとして、半世紀以上にわたり日本に暮らす人々の健康で豊かな暮らしをサポートしてきました。漢方薬を中心に一般用医薬品から医療用医薬品まで自社一貫体制の下で幅広く提供しています。

近年、健康の価値や暮らしのあり方が大きく変化している社会の状況を受けて、クラシエ薬品は漢方事業における医療用分野と一般用分野の連携を強め、「クラシエの漢方」として事業一体で漢方薬を通じた健康価値の提供を高めていくことに挑戦していきます。

漢方を通じて、日本に暮らす人々が自らの健康を総合的に見つめ、理想とする健康的な暮らしをつくることをサポートしていきます。