

2025 年5月 15 日

各位

株式会社ミルテル

整腸ヨガプログラムに「わたしの腸活サポートチェック」を付帯！
～個別最適化された腸活サポートを提供～

このたび、株式会社ミルテル（本社：広島県広島市、代表取締役社長：加藤 俊也 以下、ミルテル）とヨガ講師である伊藤香奈氏が共同で「整腸プログラム」を考案いたしました。

近年、ヨガが腸内環境に良い影響を与えることが注目されています。ヨガの呼吸法やポーズは、腸のぜん動運動を促進し、血流を改善することで、便秘の解消や腸内環境の活性化に寄与します。また、ヨガによるリラクゼーション効果は、ストレスを軽減し、腸と脳の相関関係（脳腸相関）を通じて腸内環境を整える助けとなります。

ヨガ講師の伊藤香奈氏は、これまでのヨガクラスで、生徒や講師自身が抱える体の不調が腸内環境と深く関係していることに気づき、この経験から、腸内環境を整えることの重要性を実感し、ミルテルと共同で、腸内環境改善を目的とした新しいプログラム「整腸プログラム」を考案いたしました。

本プログラムでは、ミルテルが提供する LINE 完結型の腸内環境検査キット「腸サポ」を使用し、講座実施前後に腸内フローラの状態を数値化。これにより、個々の腸内環境を把握し、講座の効果を確認できます。腸内環境の可視化により、整腸を学び実践していくことの効果を最大限に引き出し、便秘や肌荒れ、免疫力低下などの悩みに対して、より効果的なアプローチが可能となります。

本プログラムは、腸内環境の状態を把握し、それに基づいたヨガや腸マッサージ、生活・食習慣の改善を実践することで、健康と美容の向上を目指す方々に最適なプログラムです。

「整腸講座」について

整腸アドバイザー、整腸ヨガ指導者養成講座の二つの講座がございます。

整腸アドバイザーは、指導者やヨガに精通していない方でも受けられる講座であり、整腸ヨガ指導者養成講座は、ヨガ指導者向けの講座です。

第1期の募集はご好評につき終了しておりますが、
第2期以降のお申込みについては調整中でございます。

こんなかたにおすすめ

- ・ヨガ×腸活に興味がある方
- ・ヨガの効果を腸内環境検査でも確認してみたい方
- ・腸内環境を整え、健康と美容を向上させたい方
- ・自身の腸内環境を数値で確認し、効果的な改善を図りたい方



ミルテルは、今後もヨガ業界、スポーツクラブ、ヘルスケア・アンチエイジング等のサービスと連携し、腸内環境の可視化と改善を目的としたパッケージ化された共同開発を推進していきます。今後も、腸内環境の改善と整腸講座の融合による新たな健康習慣の提案を通じて、皆様の健康と美容のサポートを続けてまいります。

整腸講座考案者：伊藤香奈(<https://www.instagram.com/itokanayoga45/>)



会社員歴 20 年以上の経験の中で、むくみ・関節の痛み・不眠・疲労感・眼の疲れなど様々な不調に悩まされる。自身の不調解消のため、筋膜リリースや骨盤矯正、解剖や栄養など他分野の学びを深め、自身の健康が改善した経験をもとに、「股関節ヨガ」、自律神経と睡眠に特化した「らくねるヨガ」、心と体の免疫サポートをテーマにした「整腸ヨガ」などのオリジナルのヨガメソッドを考案。オンラインや鎌倉でのレッスンのほか、講師育成にも力を入れて精力的に活動中。

株式会社ミルテルについて(<https://www.mirtel.co.jp/>)

株式会社ミルテルは、2012 年に広島大学発のスタートアップ企業として設立されました。見えない健康・病気を“見える化”するために、「リキッドバイオプシー」と「データサイエンス」を活用し、新たなソリューションを提供していきます。生活や社会の基盤として寄り添い、世界の人々の抱える健康や病気の不安や希望をサイエンスで見える化するサイエンスソリューションプロバイダとして、皆様を笑顔にすることを目指しています。

社名： 株式会社ミルテル
代表者： 代表取締役社長 加藤 俊也
所在地： 広島県広島市南区出汐一丁目 2 番 10 号
事業内容： 臨床検査受託事業



<お問い合わせ先>

株式会社ミルテル お問い合わせ窓口

メール：eigyo@mirtel.co.jp