Bota la Vie

9 | 2025 Sep. | 食と栄養のコミュニケーション〔ボタラヴィ〕

今月の特集

「尿漏れ」改善の栄養と運動

骨盤底筋強化タンパク質たっぷりレシピ

シリーズ

全国で活躍する健康指導師私の栄養スイッチ

正常分子栄養学® 健康相談

Bota la Vie 2025 Sep. 発行 ボタニック・ラボラトリー株式会社 発行人 森山瀧水 〒101-0044 東京都千代田区鍛冶町2-1-14-5F TEL 0120-831-990

今月のスペシャル

期間：2025年9月1日(月) ～9月30日(火)

残暑乗り切る セット

① ボタラボグリーン360g
② ボタラボキャロット
③ ボタラボレッドビーツ
④ ボタラボオメガミネラル
⑤ カムカムビタミンC リボソームパウダー
⑥ プロテイン G-PURE

左記6点ご購入で ボタラボミネラル PRO 徳用ボトル プレゼント

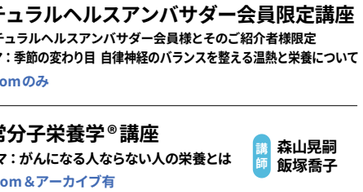
購入ページ

超抗酸化 セット

① ボタラボグリーン 360g
② カムカムビタミンC リボソームパウダー

左記2点ご購入で ココナッツオイル ケトレア プレゼント

購入ページ

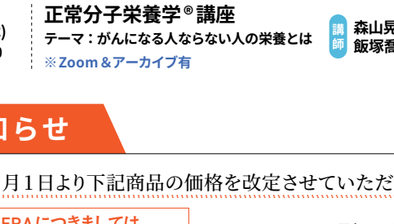


季節の変わり目応援 キャンペーン

レーザーウォッチ

レーザーウォッチご購入で インターナチュラル プラチナα プレゼント

購入ページ

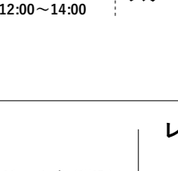


今月までは価格そのまま キャンペーン

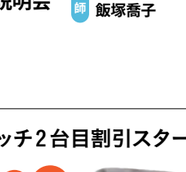
ゆーみんTERAシングル
ゆーみんTERAダブル

9月ご注文分まで
旧価格でご購入いただけます。

購入ページ



購入ページ



ご注文専用ダイアル 通話料無料 **0120-831-990** (受付時間 平日9：00～18：00)

ボタラボセミナー情報

9/2 (火) 13:00～16:00	正常分子栄養学®講座 テーマ：認知症になる人ならない人の栄養とは ※Zoom＆アーカイブ有	講師	森山るみ 飯塚喬子
9/3 (水) 13:00～15:00	100歳までの健康講座	講師	森山晃嗣
9/4・11・18 (木) 13:00～16:00	個性學講座	講師	飯塚喬子
9/9 (水) 11:00～16:00	「がん」をおとなしくさせる食事実践講座	講師	森山晃嗣 飯塚喬子
9/12 (金) 13:00～14:30	ナチュラルヘルスアンバサダー会員限定講座 ※ナチュラルヘルスアンバサダー会員様とそのご紹介者様限定 テーマ：発達障害は栄養不足！ ※Zoomのみ		
9/17 (水) 13:00～15:00	100歳までの健康講座	講師	森山晃嗣
9/25 (木) 13:00～16:00	正常分子栄養学®講座 テーマ：がんになる人ならない人の栄養とは ※Zoom＆アーカイブ有	講師	森山晃嗣 飯塚喬子
10/7 (火) 13:00～16:00	正常分子栄養学®講座 テーマ：「なったらあかん糖尿病」栄養編 ※Zoom＆アーカイブ有	講師	森山るみ 飯塚喬子
10/8 (水) 13:00～15:00	100歳までの健康講座	講師	森山晃嗣
10/10 (水) 13:00～14:30	ナチュラルヘルスアンバサダー会員限定講座 ※ナチュラルヘルスアンバサダー会員様とそのご紹介者様限定 テーマ：季節の変わり目 自律神経のバランスを整える温熱と栄養について ※Zoomのみ		
10/21 (火) 13:00～16:00	正常分子栄養学®講座 テーマ：がんになる人ならない人の栄養とは ※Zoom＆アーカイブ有	講師	森山晃嗣 飯塚喬子
10/22 (水) 13:00～15:00	100歳までの健康講座	講師	森山晃嗣
10/29 (水) 12:00～14:00	スチームオーブン説明会	講師	瀧輝也(メーカースタッフ) 飯塚喬子

お知らせ

2025年9月1日より下記商品の価格を改定させていただきます。

ゆーみんTERAにつきましては、上記キャンペーンが適用になります。

		現行(税込)	9月1日から(税込)
ゆーみんTERA	シングル	184,800円	206,800円
	ダブル	217,800円	228,800円
お湯太郎ブーツmomo		162,800円	168,300円

レーザーウォッチ2台目割引スタート！

2台目をご購入の場合 20% OFF!

308,000円 → 246,400円

2025年9月発行 企画・発行：ボタニック・ラボラトリー株式会社 〒101-0044 東京都千代田区鍛冶町2-1-14-5F TEL：0120-831-990 https://www.botanic.co.jp
編集協力：有限会社フューチャーチューン

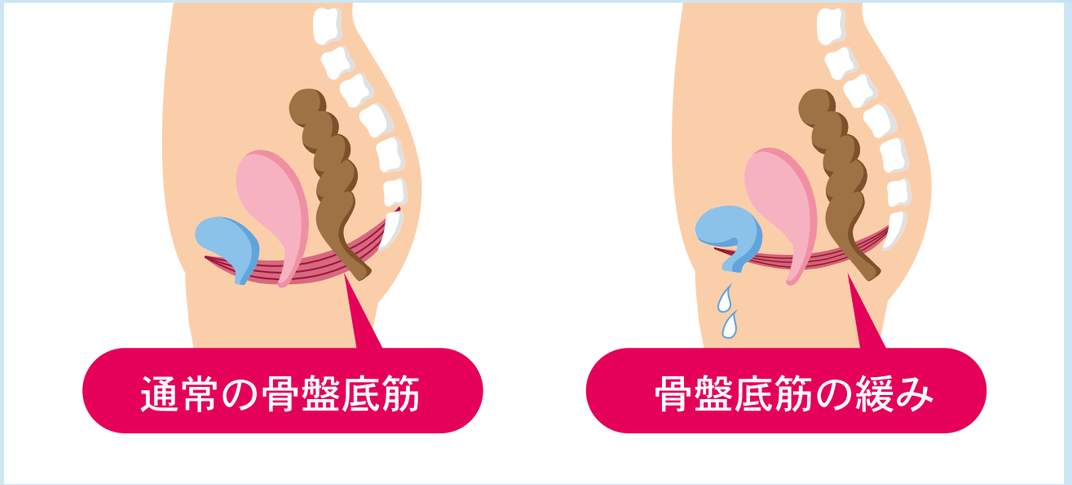
人に相談できない

尿漏れ

改善の栄養と運動

骨盤底筋を守るには

「笑ったり、くしゃみをしたときに、つい…」そんな尿漏れの経験、
実は多くの方がひそかに抱えている悩みです。



日本には、尿漏れ（尿失禁）に悩む人が1，000万人以上いるといわれています。そのうち8割は女性。特に40代以降の女性では、約半数が尿漏れを経験しているともいわれており、「年齢のせいだから仕方ない」「誰にも言えない」と、問題を放置している方も少なくありません。

しかし、尿漏れは適切な栄養と筋力ケアで十分に改善できる可能性がある症状です。今回は、「人に相談できない尿漏れ」を栄養の視点から紐解き、今日からできる対策をご紹介します。

なぜ尿漏れは起こるのか？

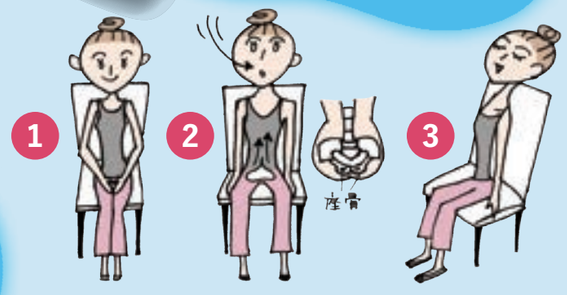
尿漏れの原因にはいくつかのタイプがありますが、女性に特に多いのが腹圧性尿失禁です。これは、咳・くしゃみ・重い物を持つ・立ち上がるなどの動作でお腹に圧がかかったときに、尿が漏れてしまうものです。

その大きな要因が、骨盤底筋群のゆるみです。骨盤底筋とは、膀胱・子宮・腸などを支えるインナーマッスルの集まりで、ハンモックのように骨盤の下に張り巡らされています。これが弱くなると、内臓の重みを支えきれず、尿道の締まりも悪くなり、尿漏れが起こりやすくなるのです。

簡単にできる

骨盤底筋トレーニング

栄養の土台を整えたら、筋肉に正しい刺激を与えることで相乗効果が生まれます。



1. 背筋を伸ばして椅子に座る、または仰向けに寝る
2. 膣・尿道・肛門をぎゅっと締めるように５秒キープ
3. 力を抜いて５秒休む

→ これを１日 10 回× 3 セットが目安です。

「トイレを我慢する」ような感覚を思い出して行うと、感覚がつかみやすくなります。

尿漏れ対策に必要な栄養素

筋肉・神経の正常な働きを保つ
マグネシウム
緑の野菜、海藻類、豆類、ナッツ、バナナ

筋肉の合成と修復
タンパク質
鶏肉、魚、卵、大豆製品

酸素供給、組織の修復、神経伝達
鉄・亜鉛
レバー、牡蠣、赤身肉、緑黄色野菜

骨・筋肉の維持、カルシウム吸収促進
ビタミンD
鮭、卵、干ししいたけ、日光浴

骨盤底筋が弱くなる理由

骨盤底筋の衰えは加齢や出産が主な原因とされていますが、実は「栄養不足」が深く関係しています。

骨盤底筋群を強くするために必要な栄養素の1つ目は「タンパク質」です。タンパク質が不足するとコラーゲンが十分合成できず、身体の筋肉が弱くなります。

2つ目は「マグネシウム」、「鉄」「亜鉛」などの微量ミネラルです。マグネシウムは筋肉の収縮と弛緩を調整する重要なミネラル。これが不足すると、筋肉は正常に働かず、骨盤底筋にも力が入りにくくなります。また鉄は筋肉内の酸素供給に不可欠で、亜鉛は組織の修復と再生に関わるため、これらが不足すると筋肉や神経の機能が鈍くなり、尿意のコントロールにも悪影響を及ぼします。

3つ目は「ビタミンD」。ビタミンDは不足すると筋力の低下や骨の脆弱化が進み、姿勢の崩れや骨盤底筋の負担増加につながります。

これらの栄養摂取を意識し、筋力をアップさせることで、十分に改善が見込めます。「誰にも言えなかったけど、実は私も…」そんな声を、これからは「前より快適になった！」に変えていきましょう！

森山晃嗣の

尿漏れ克服アドバイス

皆様からのお悩みにお答えします

ボタニック・ラボラトリー株式会社

会長　森山　晃嗣

25歳の時に脳膜炎、喘息、皮膚炎になり、薬漬けの生活をしていた時、農学博士にアドバイスを受け、栄養素療法に取り組み健康を回復。ロジャー・ウイリアムス博士の「いのちの鎖理論」に感銘し、正常分子栄養学を学ぶ。その後、全国各地で講演活動を行い、その参加者は100万人を超えている。

Q

重いものを持ち上げたり、くしゃみをしたり、お腹に力を入れると尿もれします。

A

身体のコラーゲンが弱って弾力がなくなっているため、栄養と運動の両方が必要です。まずはコラーゲンの素であるタンパク質をしっかり食べましょう。そしてコラーゲンを作るにはタンパク質だけでなく、ココナッツオイルやEPA・DHAなどの油、そしてビタミンCも必要なので意識して摂取してください。また、つかまりながらでいいので屈伸運動を朝晩10回ずつ、毎日やってみてください。毎日やることがポイントです。エレベーターでなく階段を使うなど、なるべく体を動かすよう心掛けて下さい。必ず変わりますから。

Q

夜中にトイレで目が覚めてしまいます。朝までぐっすり眠りたいです。

A

眠りのホルモンである「メラトニン」が充分に作られていないのかもしれません。メラトニンの材料もタンパク質です。肉、魚、卵、豆などをしっかり食べていますか？なかなか食べることができないなら、プロテインを使ってもいいです。また、タンパク質だけでなくビタミンB群、マグネシウム、鉄、EPA・DHAも補うことでスムーズにメラトニンに転換し、よく眠れるようになります。

夜プロテインを摂るようにしたら、ぐっすり眠れるようになったというご婦人がいらっしゃいましたよ。またマグネシウムは緑の野菜や海藻、ボタラボグリーンなどで補えますから、バンバン摂りましょう！

季節のレシピ

骨盤底筋強化

タンパク質たっぷり

9月

カジキのトマト煮

材料・2人分

- カジキ …… 2切れ
- 漬け水
  - 塩 …… 小さじ2/3
  - ココナッツシュガー …… 大さじ1/2
  - 水 …… 100ml
- 胡椒 …… 少々
- Ⓐ
  - にんにくみじん …… 小1片
  - 玉ねぎみじん …… 1/2個
- トマトの水煮缶（細かくする） …… 1缶
- ココナッツオイル …… 大さじ2

作り方

1. カジキは漬け水に漬けておく。
2. フライパンにココナッツオイルを入れ、カジキの水をペーパーで拭き、胡椒をして両面さっと焼く。
3. 別のフライパンに残りのココナッツオイルを入れ、Aを炒め、トマトの水煮を入れ、ひと煮立ちしたら弱火にして5分煮て、カジキを戻して2分煮る。

スタミナちぢみ

材料・2人分

- にら …… 1/2束
- 卵 …… 2個
- ひきわり納豆 …… 1パック
- 天然ペプチドだし …… 大さじ2
- 胡椒 …… 少々
- Ⓐ
  - ごま油 …… 大さじ1
  - ココナッツオイル …… 大さじ1
- Ⓑ
  - ポン酢 …… 大さじ2
  - ラー油 …… 適量

作り方

1. にらは3cm幅に切る。
2. ボウルに卵、納豆、天然ペプチドだしを入れ混ぜる。にらも加えて混ぜる。
3. フライパンにAを熱して2を流し入れて両面焼く。
4. Bを合わせかける。

レシピ数 850 以上

レシピサイトのご案内♪

BOTALOBOレシピ　https://recipe.botanic.co.jp/

全国で活躍する健康指導師

健康指導師会認定
健康指導師　小役丸（こやくまる）忍さん

栄養で肉体も精神も健康に

ハツラツとして魅力的な小役丸さんですが、子どもの頃からずっと病弱で10年前までは病院通いの毎日だったと言います。湿疹やアレルギー、ひどい口内炎、めまいや冷え性、きりがないほどの不調を抱えていました。知人の紹介でボタラボのセミナーを受講し、栄養療法を取り入れます。すると自身の体調がどんどん変化していきました。痒みやイライラが消え、毎日活発に動けるようになったのです。小役丸さんは「不調の原因は栄養不足だった」と気づき、栄養の大切さを痛感しました。

自身の経験を活かし健康指導師としてダイエットやアスリートの栄養指導に加え、健康指導師ベーシック講座や正常分子栄養学®講座を開催し、最近はオンラインでも全国の方に栄養療法を広めています。

小役丸さんの指導は調味料の質、購入方法、個人に合わせた必要量、タイミング、料理の調理方法、レシピなど細かいところまで行き届いていると評判です。

小役丸さんは「肉体も精神も健康レベルをあげることで生産性が上がり、恩恵がたくさんあることを伝えていきたい。何より毎日楽しく過ごせていることが嬉しいです。クライアントさんの日常生活に合わせて、楽しみながら、効果的に栄養を細胞内にまわし正常な代謝をさせることを優先に考えて栄養指導をしています！」とおっしゃっています。

ボクシングジムにて講座を開催

あなたも「健康指導師」として活躍しませんか？

健康指導師を取得するメリット！

- ベーシック講座の講師として**講師料を得る**ことができます！
- ボタラボ代理店（ナチュラルヘルスアンバサダー）は健康指導師の資格を取得すると差益が**優遇**されます！
- 資格取得後も毎月の月例会など**フォロー体制**も充実！

健康指導師とは
細胞レベルの最先端栄養学である「正常分子栄養学®講座」を習得した栄養指導のスペシャリスト！

あなたも健康指導師として活躍しませんか？
健康指導師会
こちらにアクセス
https://k-shidoushi.com/

個人代理店（ナチュラルヘルスアンバサダー）募集
お気軽に
お問い合わせください！
https://botalabo.jp/system/index.php/news/89/

ボタラボ体験談

私の栄養スイッチ

東京都在住 20 代男性 M さんの場合

東京都在住の M さんは、ある日クローン病と診断されます。腹痛で苦しむ日々の中、栄養療法や温熱療法に取り組み、すっかり元気に。さて、M さんはどのように健康を取り戻したのでしょうか。

クローン病とアトピーを栄養で克服！

Mさんは、幼い頃からアトピーがありましたが、最悪の状況でもなかったため特に栄養には気をつけずに生活してきました。毎日カフェオレに食パン、飲み物はジュースや牛乳が習慣で、仕事のストレスからひと息つくためにお菓子を食べる日々。そんな中、お腹の痛い日が続き、ある日ついに下血してしまいました。驚いて病院を受診し検査を受けると、診断はなんとクローン病。クローン病とは消化器の粘膜に炎症や潰瘍を引き起こす炎症性腸疾患のひとつで、根本的な治療法は確立されていない病気とされています。同時にアトピーも悪化し、夜は痒くて眠ることができなくなりました。特に頭皮がひどく、枕にタオルを敷いて寝ると朝には浸出液で頭皮とタオルがくっつき、はがすのが痛くてひと苦労。首や背中も痒くて、赤くまだら模様になっていました。

途方にくれていたところ、知人の紹介でボタラボと出会います。小麦粉や砂糖などの炎症を起こす食べ物を食べるのを止め、細胞を再構築するための栄養素をふんだんに摂るよう指導されました。このままの生活を続けたくないと思ったMさんは、栄養療法に取り組み体を回復させようと決意。栄養スイッチが入ります。糖質中心の食生活からタンパク質と野菜中心の食生活に切り替え、小麦、揚げ物や刺激物を止めました。グリーン、キャロット、レッドビーツ、カムカムビタミンC、ミネラルPROを混ぜたものを毎日、合計1・5ℓほど、浴びるように飲み続けました。また炎症を抑えるため1日15粒のオメガミネラルも欠かしません。同時に温めることで栄養の吸収が良くなると聞いて、ボタラボ温熱サロンにも週2〜3回通い、家ではひまわりαでお腹を温めることを徹底しました。

このような栄養療法を実践して3ヶ月経つ頃、Mさんは全く下血しなくなったことに気付きます。痒みでイライラすることもなくなり、夜もぐっすり眠れるようになったのです。また、お腹がゆるくて1〜2時間置きだった排便が、1日3回ほどになり、お腹の調子も良くなっていることが実感できたのです。

1年が経った今ではお腹の調子はすっかり良くなり、アトピーの状態も改善！　メンタル面でも今まで面倒に感じていたことを「やってみよう」と新しい挑戦ができるようにもなりました。

「クローン病の場合、3年はこの食生活を続けるようにとアドバイスをもらったので、これからもしっかりとこの食生活と栄養の摂取を続けていきたいと思います。温熱サロンには今でも週1回は通っています。」とMさん。現在はすっかり健康を取り戻し、20代らしく活動的な毎日を送っています。

正常分子栄養学®

森山るみの 健康相談

皆さまから日々お請けしている
健康相談のリアルを一部公開！

ボタニック・ラボラトリー株式会社
代表取締役社長　森山　るみ

自身の体調不良を栄養療法で克服したことをきっかけに栄養学を学び、現在では皆様の栄養相談を幅広くお受けしています。

Q

年々、髪が薄くなってきています。親も薄毛でした。遺伝と諦めるしかないでしょうか。（60代男性）

A

髪の毛はタンパク質がビタミンB6、B12の働きを受けて出来上がります。これらの栄養素を摂っていますか？　仮にタンパク質を摂っていたとしても、白米やパンなどを食べることでビタミンB群は大量に消耗されてしまうため、多くの人がビタミンB群不足になりがち。また、ビタミンAが不足すると毛穴に古い角質が溜まり、太いしっかりした毛が出てこず、毛質もパサパサになります。にんじん、レバー、肝油などでビタミンAを補給しましょう。

頭皮の血流が良くなるようにマッサージするのも良いですね。ちなみに私の叔父（会長の兄）は70代の時にタンパク質とミネラルを増やしたら髪が増えただけでなく白髪が減ってました！

Q

膝が痛み、通院していますが改善しません。自分の脚でずっと歩くにはどうしたら良いですか。（60代女性）

A

痛みは「新しい細胞を作るための栄養が足りないよ」のサインです。圧倒的に足りていないのはやっぱりタンパク質と油です！　細胞膜の材料になるココナッツオイルなどの飽和脂肪酸はもちろん、炎症を抑えるEPA・DHAの不飽和脂肪酸も必要。膝が痛い人は甘いものやパンが好きな人が多く、身体が炎症しっぱなし。勇気を出して甘いものは減らしましょう！　また動かずにいると膝を支える筋力が弱ってしまうので、できる範囲で散歩や屈伸運動をしましょう。

Q

日焼けには気を付けていたのに、シミが出来てしまいました。栄養で美肌になれますか。（40代女性）

A

シミの元は過酸化脂質。つまり抗酸化物質である野菜が不足しているか、活性酸素が発生するような砂糖やお菓子などを食べているということです。ギクっとした人は多いのではないでしょうか。まずは野菜を充分に摂りましょう！　できればオーガニック野菜がおすすめ。15年位前に私が栄養を勉強し始めた頃、弊社のグリーンを1日何杯も飲んでいたらシミが薄くなった方を見た時はびっくりしました。市販の油も身体を酸化させやすいので、美肌づくりには酸化しにくい油がいいですね。やっぱりココナッツオイルが安心です。抗酸化のためにビタミンCも補給するとコラーゲンもできてハリのある肌にもなります。遠い昔、私もニキビ肌で顔が赤かった時期がありますが、栄養補給で本当に変わりました！

Q

暑さが辛すぎます。怠くて食欲もありません。（60代女性）

A

いくつかの原因が考えられますが、ひとつ目は冷え。夏バテの場合、実は体が冷えていることが多いです。まずは水をしっかり飲んで足湯などで足を温めましょう。暑がり寒がりの方って実は内臓が冷えているんです。また、貧血の可能性もあります。ヘモグロビンを作る栄養素であるタンパク質、鉄、マグネシウムを摂るために赤みのお肉やレバー、緑の野菜を食べてください。老廃物も溜まっていると思いますので、解毒のためにミネラルや植物栄養素をふんだんに補給すると解毒が進みますよ！　夏は体力が消耗しやすいので睡眠不足にも注意してくださいね！

Q

鬱々として辛いです。朝からぐったり疲れています。（30代男性）

A

朝からぐったりというのは夜間低血糖になっている可能性があります。夜間低血糖とは睡眠中に血糖値が異常に低下する状態で、朝起きるとぐったりしている特徴があります。ストレス過多や、体が冷えていることが原因でもありますが、多くの場合は「糖質の摂りすぎ」と「タンパク質が足りていない」のが原因です。食事はケトン体質になることを目指して料理にココナッツオイルを使い、タンパク質もしっかり摂る、ボタラボシリーズでミネラルを補給するという習慣を続けてください。元気が出てきたからと言ってパンなどは食べない方がいいです。きちんと栄養が入れば2週間くらいで糖質は欲しくなくなります。糖質依存から抜けると朝爽やかに起きることができますよ！

正常分子栄養学®
森山るみの
健康相談

Q パニック障害です。また発作がきたらどうしようと不安になります。栄養でできることはありますか？（50代女性）

A

ミネラル不足の症状です。糖質を摂りすぎていませんか？　糖質を摂りすぎて血糖値が上がったり下がったりを繰り返していると、メンタルの不調にもつながります。まずは糖質を控えめにしてください。加えて細胞を作るためのタンパク質、神経伝達物質の働きを高めるEPA・DHAの魚油、それらを代謝させるためのビタミンB群、そしてミネラルを充分に摂ってください。夏バテしてしまいお肉や魚が受け付けないという方はプロテインを活用してもOKです。また胃の消化力を上げるためのオーガニックのペパーミントティーや食前酢は、私自身かなり助けられたので、おすすめです！

Q 自分の脱いだ服が臭います。汗のニオイだけではないような。（40代女性）

A

10年ほど前、「グリーン飲み始めてから、娘にお父さん臭いと言われなくなった。」と教えてくれた男性がいました。確かに野菜のパワーは農薬や有害な化学物質を分解してくれます。グリーンを1日3杯以上飲める人は変化がわかりやすいと感じがします。私の父（会長）も実はたまに臭いので、私は「今日臭いよ」とハッキリ言うのですが（笑）、それは「グリーンを飲んでください」という意味だとわかっているので、確かに翌日には臭くなくなっています。温めて血流も良くすると老廃物排出がスムーズです！

Q 1年中、風邪をひきやすくて困っています。（50代女性）

A

夏の時期は意外と免疫力が低下しやすい季節です。暑いからといってそうめんやお蕎麦、アイスにゼリーなどばかりを摂っていると、まず免疫の第一のバリア、粘膜が弱まり、エアコンで喉がやられたり鼻水が出てきたりします。粘膜強化にはタンパク質、ビタミンA、ミネラルが必要！　キャロットとプロテインを4時間おきに飲んだら、その日のうちにのどの痛みに変化を感じたという方もいらっしゃいました！　粘膜に不調をお持ちの方には是非試していただきたい組み合わせです。今年新発売のインターナチュラルプラチナαはここぞというときに摂ると風邪をひかなくて済む秘密兵器として静かなブーム。ぜひご参考に！

Bota la Vie
ボタラヴィ
9 | 2025 Sep.

アンケートで当たる！

Bota la Vie　9月号を読んでアンケートに答えると抽選で5名様にボタラボミネラルPRO 250mlをプレゼント！
（回答期限：2025年9月30日まで）

ボタラボミネラル
PRO 250ml
プレゼント！

アンケートの
回答はこちら

正常分子栄養学® を学べる講座へ！

弊社の「正常分子栄養学®講座」では、オーガニック野菜たっぷりの食事を実際に召し上がっていただきながら、健康的な食事の摂り方をお伝えしています。油の選び方や適量の摂取方法、糖質との付き合い方など、実践的な知識が学べます。ぜひお腹を空かせてご参加ください！参加者だけのキャンペーンもあります！

お申し込みの方は

Step 1　LINE公式アカウントにご登録！

Step 2　公式アカウントの「セミナー案内」からお申し込み

LINE公式
アカウント登録で、
素敵な特典！

★ 新規登録で500円クーポンプレゼント！
★ あなたにおすすめの商品がわかる！
★ ボタラボセミナー情報掲載！

社長のよもやま話

先日、えるぼし認定マークの申請代行をしてくれる方とお会いしました。

「えるぼし」とは、女性活躍推進に積極的に取り組む企業が取得できる、いわば〝女性にやさしい会社〟の証のようなマーク。今、注目が高まっています。

その方は、野田聖子さん率いるフェムテック推進議員連盟の一員で、現場でも女性活躍を支援しておられる方。お話を聞きながら、「制度」と「現実」のギャップを強く感じました。

たとえば、〝女性役員を増やすべき〟という流れ。しかし、積み上げてこなかった女性が形だけ役員になったとしても、ただのお飾り感は否めず、逆に組織の不満を生むでしょう。

マークを取ることより、中身を育てることが本当は大切なんですよね。私は仕事において頼りになる女性は世の中にたくさんいると思っています。もっと多くの分野でたくさんの女性に活躍してほしい。

私たちも、かっこだけじゃない〝本当の女性活躍〟を、形にしていきたいと思います。

代表取締役社長　森山　るみ