

2025年1月13日

株式会社ハンズ

イベント・商品情報

新年からはじめる、からだにやさしい新習慣

ウェルネス5活

株式会社ハンズ(本社:東京都新宿区)は、1月13日より毎日を忙しく過ごす中で、無理なく取り入れたい「からだ想い」の習慣を「眠・温・腸・筋・骨」の5活それぞれの視点で選びやすくまとめました。冷えやすさ、食生活の乱れ、眠りの質、運動不足、将来の骨ケアまで。今日から始める、小さな積み重ねが健やかな毎日へとつながります。



新年、はじめる習慣-ウェルネス5活特集は[こちら](#)

■ 眠活

入眠前のルーチンをつくることで、リズムができ睡眠の質が高まります。睡眠前の習慣づけに、睡眠の環境改善に、眠りをサポートするアイテムを紹介します。

エレコム エクリア イヤープラグ 睡眠用耳栓 1,980円

柔らかいシリコン製イヤーチップと薄型設計で、耳穴にしっかりと収まり、横向きでも違和感のない自然なつけ心地です。突起部分が耳のくぼみ(耳甲介)にしっかりとフィットし、外れにくい構造で、就寝中も耳栓がずれにくく、紛失しにくい仕様です。



ラネージュ リップスリーピングマスク 2,365円

お休み中の集中ケアができる、リップマスクです。

潤い成分(※)配合で、乾燥が気になる唇をお休み中にしっかりと保湿します。ベタつきのない、柔らかなテクスチャーで角質をやさしくケアし、ツヤのある唇へ導きます。

※ ココナッツオイル(ヤシ油)



GO! GO! 50TH!!
2026年は創業50周年

News Release

コジット ねおちスト 1,320 円

耳を温める新発想のグッズ「ねおちスト」が眠活をサポートします。

優しい素材が耳をふわっと覆い、じんわりと温めます。

眠りが浅い、寝つきが悪いなど眠りのお悩みをお持ちの方におすすめ。



■ 温活

身体をしっかり温めることで、血行の促進や肩こりや免疫力の改善など健康につながります。おやすみ前の入浴や身体を温めるアイテムが手軽で効果的です。

爆汗湯シリーズ 各 286 円

自宅でドバッと爆汗湯習慣。炭酸がパチパチと弾けて心地良い入浴料です。

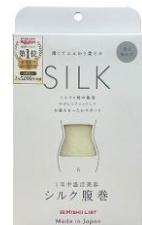
爆炭酸でパチパチはじける快音浴（※）を楽しめます。汗と一緒に毛穴汚れまでスッキリ排出。

※音がなること



ミッシリリスト シルク腹巻 1,870 円

シルク×コットン素材により、薄手でもしっかりとあたたかく、やさしい着心地の腹巻きです。吸湿性と高い放湿性により、汗を素早くキャッチして逃すので蒸れにくく、オールシーズン着用できます。



■腸活

腸は脳の次に神経が多いと言われている部分。発酵食品を美味しく取れるアイテムや水分補給や菌のバランスを整えるアイテムをご紹介します。

オンドゾーン 白湯専科マグカップ 2,948 円

吸熱構造で、熱湯の熱を素早く吸収し、白湯に適した温度で温かさが長持ちします。沸騰させたお湯を約3分で白湯に適した温度に下げる所以、長時間待つ必要がありません。短時間で白湯ができるので、忙しい朝や、疲れた夜の寝る前の温活にもおすすめです！



GO! GO! 50TH!!
2026年は創業50周年

News Release

高木金属工業 鉄びん 1,180 円

お鍋、ケトル、漬物容器に入れるだけで簡単に鉄分補給ができます。漬物の色付けや黒豆のツヤ出しや白湯を作る時の簡単ひと手間に。



※イメージ画像です。撮影小物は付属しません。

■筋活・骨活

少量でも定期的に続けることが大切な運動。入り口のハードルが低く、簡単で続けやすい筋活・骨活をご紹介します。

ミューラー リカバリーケアローラー 5,500 円

「センター ウェーブ」採用のリカバリーローラーで、毎日のセルフケアを効率化！前後にローリングするだけで縦横両方向から効率的に全身の筋肉をほぐします。忙しい毎日でも、たった5分でプロのボディケアを体感できるフォームローラーです。



フライミール 486 円

韓国発の機能性プロテインシェイクブランド。水と混ぜるだけで手軽に作れ、高タンパク・低カロリーで満足感も得られるのが特徴です。ダイエット中や忙しい時の食事代替、運動後の栄養補給におすすめです。



※価格はすべて税込、商品内容・価格等の情報は掲載時点のものです。

※掲載商品は、一部店舗では取り扱いがない場合がございます。また在庫はなくなり次第終了です。

※店舗とネットストアでは取扱商品が異なります。あらかじめご了承ください。

GO! GO! 50TH!!
2026年は創業50周年