

更年期ケアサービス メールマガジン制作見本

【制作範囲】

ペルソナ設計
導線設計
メールマガジン執筆

【想定読者】

更年期と思われる不調に悩み、
Instagramで情報収集をしている44歳女性

【メールの目的】

更年期症状に悩む読者との信頼関係を構築し、
無料PDFのダウンロードにつなげる。

【CTA】

無料PDF
「更年期の不調セルフチェック&今日からできる更年期セルフケアBOOK」

【件名】

「更年期だから仕方ない」と不調を放置していませんか？

(以下本文)

疲れやすい。
よくイライラする。
首や肩がこる。
手指が痛い。

更年期によく見られる
これらの症状を
放置していませんか？

「更年期だから仕方ない」
と思って放っておくと、
甲状腺疾患や関節リウマチ、

認知症といった思わぬ病気を
見逃すリスクがあります。

逆に、自分で出来る
正しい対処法を実践すると
1か月で改善できるんです。

すぐに実践できる対処法、
知りたくありませんか？

〇〇さん、こんにちは。△△です。

〇〇さんは日常生活の中で、
こんな症状に悩まされていませんか？

- ・布団に入っても1時間以上寝つけない
- ・仕事や家事のとき、
ちょっと動いただけで
疲れて座りたくなる
- ・家族や同僚のちょっとしたひと言に
イライラする自分がイヤ
- ・首や肩のこりが続き、
そのせいで頭痛も出てきたのがストレス
- ・ふとした拍子に手指が痛くなり、
物を持つことがつらい

更年期によく見られるこれらの症状は、
日々の何気ない生活習慣とも関係しており、
生活習慣を変えることで、改善していきます。

生活習慣を変えるために
必要なものが、
毎日コツコツと続ける
セルフケアです。

毎日のセルフケアは、
更年期症状改善に加えて
生活習慣病予防にも役立ちます。
まさに、更年期以降の健康を保つ
重要なポイントといえるでしょう。

ただ、ひとくちにセルフケアと言っても、
方法はいろいろです。
〇〇さんも「何をしたらいいの？」
と思われたかもしれません。

そんな〇〇さんのために、
生活習慣をすぐに変えられて、
更年期症状改善にもつなげる
5つのケアをまとめた
ガイドブックをご用意しました。

今すぐガイドブックを受け取り
5つのケアを始めることで、
つらい更年期症状も早く改善されます。

更年期症状が改善されると
身体も心も元気になり、
毎日ストレスなく
過ごせるようになりますよ。

ぜひ受け取ってくださいね。

今すぐ更年期症状が改善されて、
家庭や職場で元気に過ごせるための
1冊はこちら

「今日からできる更年期セルフケアBOOK」
(クリックすると
PDFを無料でダウンロードできます)