

おかげさまで  
創刊44年を迎えました

健康になるための方法が満載の健康総合誌

# 健康

## 媒体資料

(年間3、6、9、12月売り発行)

2020年度版



いつまでも元気で！100歳時代を応援致します。

## 月刊誌から季刊誌へ

## 現代ニーズに合わせた進歩を続ける主婦の友社の『健康』

スマホが普及しデジタルと紙媒体との併存が望まれる中、『健康』は、デジタルメディアでは満足できないコアな読者層に向けて、季刊誌へと変わりました。

### 「雑誌」と「ムック」のいいとこ取り

季刊誌は、いわば雑誌とムックの中間に位置するもの。双方のメリットを盛り込みました。

### 1. 症状ワンテーマで本当に困っている読者へ訴求

悩む人の多い症状を、各号ワンテーマに絞り、表紙で大きく打ち出すため、本当に情報を必要としている読者が集まる事から、広告主様も企画に合わせた訴求がより可能となりました。

しかも、デジタルメディアでは難しい解説も、紙媒体の持つ”広い誌面“でわかりやすく納得感が得られるように説明。もちろん、身近なものですぐに試せる療法が満載です。

### 2. 人気連載を巻頭に掲載

ムックでは実現不可能なものに、人気連載記事の掲載が挙げられます。季刊誌『健康』では、出す著書すべてがベスト&ロングセラーとなっている医師・丸山修寛先生の「クスリ絵」と、体の特効部位を押しもみするだけでコリ・痛みや生活習慣病が軽快する「治療地図」を巻頭に連載として掲載。さらに大学教授の肩書も持つカリスマ鍼灸師内田照和先生の「顔ツボほぐし」の連載も好評。『健康』ファンの定着を図っています。

### 3. お得感の高い付録を満載

丸山修寛先生の「クスリ絵」連載は、毎号4枚のポストカード付録として添付。「治療地図」も、切り取って壁に貼ると便利な、折りたたみ式の大型とじ込み付録として添付しています。丸山先生のクスリ絵ポストカードは、通常にも市販もされている価値を雑誌版の付録として掲載していますので、読者に必ず満足いただけてと考えております。

## 健康読者はどんな人？

「健康」人生100年時代に、必要な情報を家庭へお届けいたします。

主婦を支える出版社として**創業100年以上**の主婦の友社が  
いつまでも健康で人生を楽しみたいという読者に愛読され創刊して**44年**を迎えました。

創刊年月：1976年9月  
『わたしの健康』として創刊

発行周期：季刊誌

発売日：3、6、9、12月2日発売

判型：A4変(天地285×左右210)

定価：定価990円(本体価格900円)

## 健康読者3つの特徴！

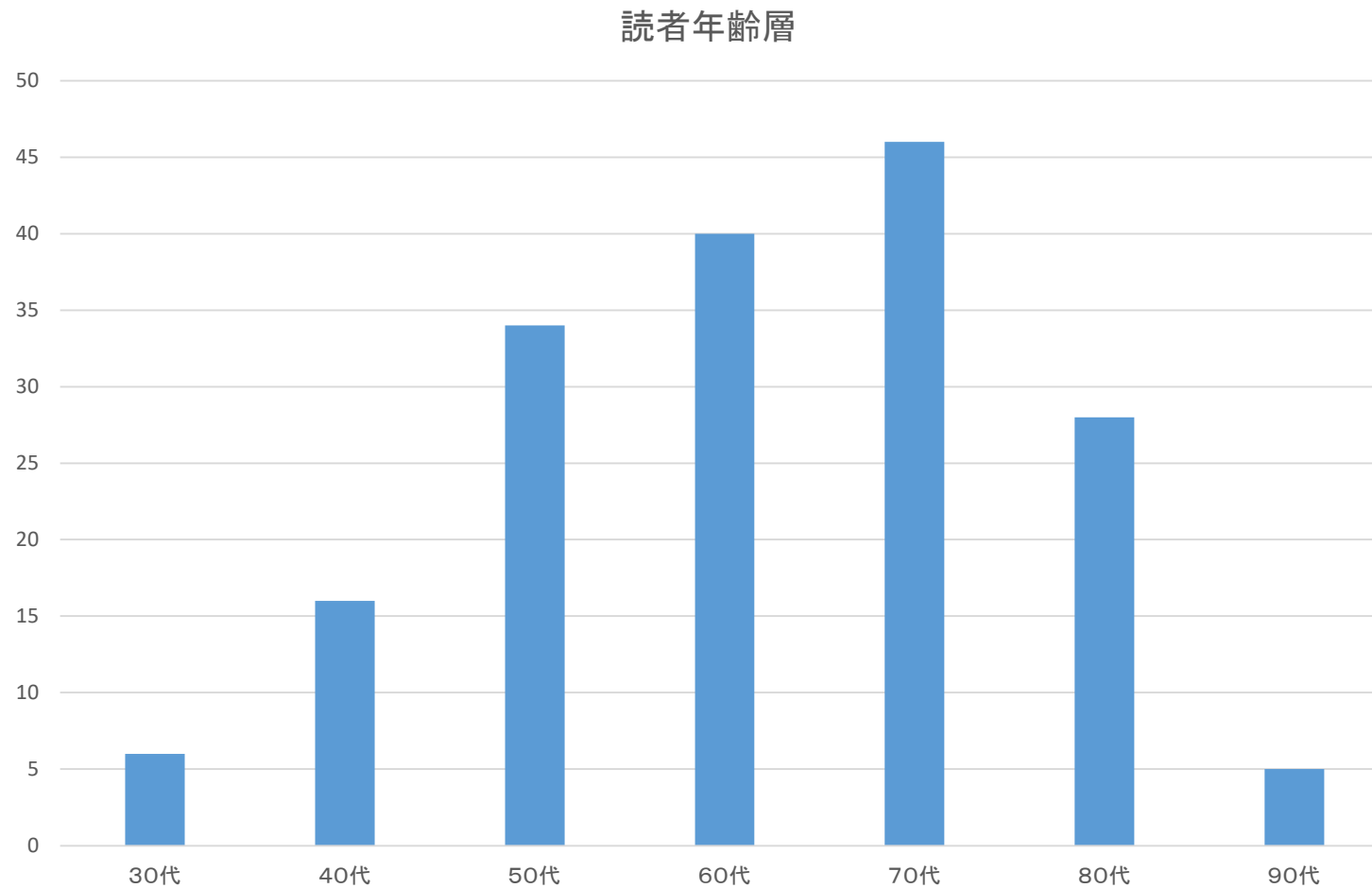
1.平均読者年齢70歳！

2.健康維持に1ヶ月平均 8,000円以上！

3.平均購読年数 3年以上が38%以上！

# 「健康」の読者年齢は平均70歳！！

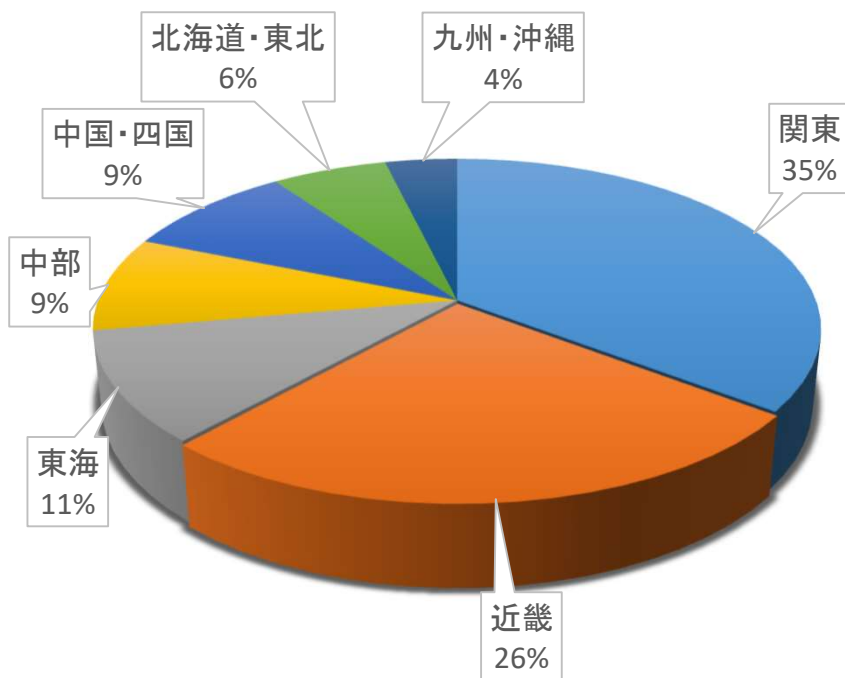
■ 楽しく100歳時代を考えているシニア読者に支えられています。



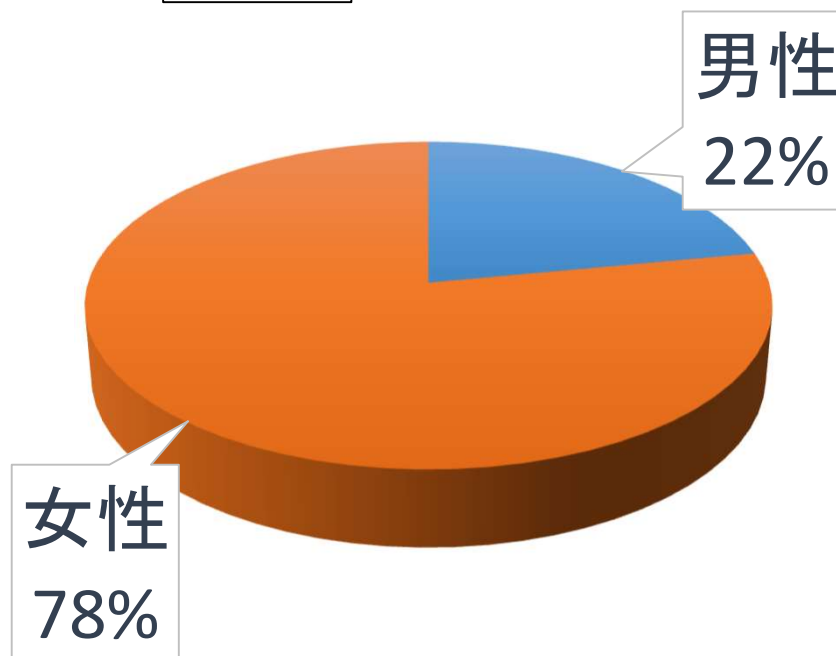
## 読者データ②

読者は全国各地に長年愛読いただいている方が多くいらっしゃいます。

読者分布



男女比



血糖値下げは、加齢による代表的な悩みとして、代表的な症状として挙げられますが、高血圧の悩みは、具体的に脳梗塞、心筋梗塞の不安をあげる事も最近の特徴です。

1位	血糖値下げ
2位	メタボ
3位	目の症状
4位	腰痛・膝痛
5位	脳梗塞・心筋梗塞
6位	腎臓・肝臓症状
7位	めまい・耳鳴り
8位	頻尿・尿もれ
9位	肺炎、コロナ
10位	ボケ・認知症



## 雑誌広告料金

読者に確実にリーチするために様々な広告スペースをご用意しています。

- ブランディング広告(純広告)
- タイアップ広告
- チラシ挟み込み
- 小冊子企画

※他、豊富な広告プランをご用意していますので、担当者まで気軽にお問い合わせください。

スペース	色数	定価(万円)	サイズ(cm)
表4	オフ4	120.0	T26.9×W20.0
表2	オフ4	95.0	T28.5×W21.0
表3	オフ4	90.0	T28.5×W21.0
4C1P	オフ4	90.0	T28.5×W21.0
1C1P	オフ1	45.0	T28.5×W21.0
はがき	オフ1	110.0	T15.0×W10.0

■備考  
・ハガキの寸法:天地15.0cm×左右10.0cm、綴じ代2.0cmをお願いいたします。  
・タイアップ制作費:2P以上で、1PにつきN25万円  
・純広告の原稿は、J-PDFルール of データ原稿のみ、受け入れ可能です。  
(入稿・校了 投げ込みです。)

広告についてのお問い合わせ先

株式会社 主婦の友社  
第2メディアビジネス部  
TEL:03-5280-7448