

50代から
私が主役!

ゆうゆう

2022年9月号(8月1日発売)



●表紙: 原田貴和子さん

●インタビュー…… ①阿部寛さん ②磯村勇斗さん (予定)

◆連載 枡野俊明「門を開けば」・中島京子さん「羊のところはもうもどれない」
・山内恵介さん「うたのころ 心のうた」

●特集①:「捨てずにすっきり」は叶う ～人、モノ、思い出、どれも人生の財産!～

- ①読者の声「捨てられないもの、捨てたくないもの、捨てて後悔!」
- ②捨てずに家を整える片づけメソッド 中山真由美さん、米田まりなさん
- ③捨てずに「愛着リメイク暮らし」 徳田民子さん、坂井よりこさん
- ④「捨てる」ストレスを減らすサステナブルな暮らし

●旅: 心癒される「水辺の旅」

湖、溪谷、離島など、ヒーリング効果のある水辺の旅を提案

●ファッション: 優秀アイテムを探せ!

薄手アウター、ニット、ストール 季節の変わり目をおしゃれに乗り切る

●美容: たった1分 ほうれい線もたるみも解消する「フェイスアップダンス」

●料理: 簡単、美味しい、楽できる「夏の作り置き」レシピ

冷蔵庫から出してすぐに食べられる夏の作り置き。ごちそうサラダ、冷製〇〇、火を使わずにできるレンチンおかず等

●デジタル: いざという時に! スマホで防災

●暮らし: 「防災・減災」これだけは! ～明日来るかもしれない危機に備えて

自然災害が起きた時の行動、避難生活への備え、備蓄、情報収集など、これだけは、ということ国崎さんなど、防災対策に詳しい方に取材。

●読み物: 夫の暮らし、ストレスですか? ～在宅勤務に定年退職、大変なのは妻の方!～

読者の声、中山庸子さんなどに聞く「夫婦の時間」の楽しみ方や距離のとりかた、夫の趣味の見つけ方、リタイヤ夫に働いてもらうには等

広告集中企画

●健康: 目の不調

加齢に伴う、老眼、白内障、飛蚊症、50代から起こりやすい、緑内障、加齢黄斑変性等の解説、治療法を紹介。他にも、目に優しい生活&ヘルスケアについて、ビタミンや、ルテインを含む食品の情報など取り上げます。

■4C2Pタイアップ ⇨ G1,500,000円

■4C4Pタイアップ ⇨ G2,000,000円

※企画は一部変更する場合があります。予めご了承ください

株式会社主婦の友社 メディア営業部 TEL03-5280-7510

URL <http://youyou.shufunotomo.co.jp/>