

50代から
私が主役!

ゆうゆう

2023年10月号(9月1日発売)



●表紙:鈴木保奈美さん

★ スマホ使いこなしBOOK とじ込み付録 B5版 4C20P

- ①スマホでつながる(LINEの使いこなしをメインに)
- ②スマホで買い物(スマホ決済他)
- ③スマホでお出かけ(地図アプリ)
- ④スマホで撮影
- ⑤スマホで防災
- ⑥スマホで健康管理
- ⑦スマホのトラブル対策集

●インタビュー:この人に聞きたい

小林薫さん(予定)

●特集①:~ここでしか味わえない、感動が待っている~人生を豊かにする旅へ!

- ①ゆうゆう世代に人気! 魅惑のクルーズ旅
- ②歴史の舞台を訪ねて 名城を巡る
- ③紅葉の季節に訪ねたい 癒しの温泉へ

●特集②:~60代ブロガーのリアル家計簿公開!~生活費・お金の管理どうしてる?

- NIKITAさん(60代後半 夫と二人暮らし)
- shinianinarimasiteさん(60代前半 夫と二人暮らし)
- 並木みささん(おひとり様 月10万円の年金暮らし)

●ファッション:ぽっちゃり、おチビ、やせっぽちさんの体型カバーレッスン

スタイリスト 石田純子さんの監修で 体系のコンプレックスをファッションで解決

●美容:薄毛の悩みを何とかしたい!

部分ウィッグで薄毛をカバー、最新薄毛ケア、スタイリングでふんわり、育毛剤&クリニックで毛根ケア

●料理:毎日食べたい秋野菜と魚のおかず

根菜やお芋、きのこなど秋においしくなる野菜と魚のおかず、炊き込みご飯や、汁物を紹介

●読み物:私のボランティア体験

ゆうゆうモデルでボランティア体験のある方に取材します。

●健康:~健康寿命を延ばす~ 骨粗しょう症にならない暮らし

骨折予防の運・食・住まいの提案をいたします。

※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://maturist.jp/stories/1050>