

50代から
私が主役!

ゆうゆう

2024年1月号 (12月1日発売)



- 表紙：浅野ゆう子さん、室井滋さん
- インタビュー：この人に聞きたい

話題の芸能人の最近の出演作品や近況等をご紹介します。

- 特集：新しい年をいいスタートで！「お金」と「運」を引き寄せる

part.1 開運！2024年は運気を上げていい年にする

- ①ゲッターズ飯田の開運指南
- ②我が家をパワースポットにする風水術（インテリア、掃除） 紫月香帆さんなど
- ③口ぐせ、考えくせで「いいご縁」をつかむ 島田修平

part.2 得するお金の管理術2024

- ①ゆうゆうアンケート「お金」白書
- ②萩原博子さんの24年お金予報
- ③2024年 ゆうゆう世代のお金の使い方・貯め方・増やし方
60代からの老後資金シミュレーション他、ゆうゆう世代のお金に関する知っておくべき事。

- 旅：冬の絶景に出会う旅

冬の情緒満点の银山温泉や白川郷、樹氷、雪見の宿、イルミネーション、冬の花火など、冬ならではの絶景に出会える場所や、冬の旅の楽しみ方を提案

- 美容：もちもち肌になる冬のスキンケア

50代からの肌は冬に年をとる、主な原因は乾燥。肌がかさつく、ほうれい線やマリオネットラインが深くなった、唇のまわりがしわっぽい、目の周りがしわしわ、毛穴が縦に伸びたなど、肌のエイジングサインを解消し、もちもち肌を目指す。

- 料理：簡単なのに華やか 年末年始のごちそうレシピ

クリスマスやお正月、パーティというほどではないけれど、家族や友人が集まったときのちょっとしたご馳走メニューを。メインになる煮込み、たまにはステーキ肉、簡単おつまみなどなど。

- ファッション&ビューティー読み物：新ゆうゆうモデル「きれいの事始め」

新ゆうゆうモデルのお披露目企画。ゆうゆうモデルがきれいになるためにふだんやっている事取材。過去に人気のあったレシピも加え紹介します。

- 暮らし：折り紙で作る正月飾り

- 読み物：なりたい自分を描こう やりたいことリスト100

ジャンルを問わず、とにかくやりたいことを100個書き出すことで前向きになれる。やりたいことをリスト化するメリット、デメリットを教えてください。

- 健康：「トイレで突然死」を防ぐためにやるべきこと

ヒートショックにより、高血圧+排便時のいきみによりなど、冬のトイレは突然死の危機スポット、リスクを少なくするための対策を考える。

※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>