

## 2019年12月 新刊一覧 書籍&amp;ムック

## 書籍

発売日	書名	本体価	判型	頁数	ISBN(978-4-07-)	著者
12/6	大丈夫! 実家は片づけられます	1,300	A5	128	438877-6	coyuki・著
	太らない! 糖質オフのパン ピザ お菓子	1,300	B5	96	440650-0	小田原雅人・監修
	クマタンのほぼうんちかるた	1,600	変形	—	440638-8	若槻千夏・著 うちべけい・絵
12/11	マンガで即効! 寝たまま肩甲骨はがし	1,000	四六	160	439658-0	たんだあつこ・監修
	ロジカル和食	1,300	B5	112	439760-0	前田量子・著
12/13	腸革命! スーパー和食	1,300	A5	112	440897-9	松生恒夫・著
	最新版・胃を切った人を元気いっぱいにする食事160	1,500	B5変	144	437487-8	長崎彦、土田知史、落合由美・監修 加藤知子・料理
	令和版 家族葬ハンドブック	1,000	四六	160	441135-1	柴田典子・監修
	これが最新! 妊娠中の食事	1,280	B5変	176	440503-9	細川モモ・監修
12/18	デリケートゾーンケアの教科書	1,500	A5変	176	440207-6	神藤多喜子・著 関口由紀・監修
12/20	0~1才地頭がすくすく育つ クボタメソッド赤ちゃん脳トレ	1,100	B5変	96	440957-0	久保田カヨ子、久保田競・監修
	1~3才思考力がぐんぐん育つ クボタメソッド子ども脳トレ	1,100	B5変	96	440963-1	久保田カヨ子、久保田競・監修
	「最期まで自宅」で暮らす60代からの覚悟と準備	1,500	四六	232	441170-2	大久保恭子・著
	マンガではじめる 英語を忘れた人の1~2語英会話	1,300	四六	168	440762-0	石原真弓・著
	新装版「育てにくい子」と感じたときに読む本	1,300	A5	224	441187-0	佐々木正美・著
	超人のつくり方	1,000	四六	224	426029-4	竹下雄真・著 本間龍介・監修
	つけナイトブラ プレミアムオーガニック	2,500	A5	4	441448-2	MACO・監修
12/25	雨宮天写真集 タイトル未定	3,000	A4	112	440288-5	雨宮天・著
	透析療法 腹膜透析・血液透析・腎移植	1,600	A5	128	440118-5	石橋由孝・著
	誰も教えてくれなかった子どものいない女性の生き方	1,400	四六	224	439902-4	くどうみやこ・著
	なりたいカラダになれる女子の部分やせ自重筋トレ完全版	1,200	A5	144	440495-7	比嘉一雄・著
	ものと上手につきあう暮らしと習慣	1,300	A5	144	440845-0	主婦の友社・編
	100歳まで元気でボケない食事術	1,300	A5	160	440868-9	堀江ひろ子、ほりえざわこ・著
	おうちでほほバイリンガルの育て方	1,300	四六	176	440940-2	主婦の友社・編
12/27	巻いてファイヤー! 脂肪燃焼 着圧サウナコレット	1,500	A4	4	441402-4	主婦の友社・編
	巻いてファイヤー! 脂肪燃焼 骨盤コレット	1,500	A4	4	441419-2	主婦の友社・編
	神田明神開運道中福財布	1,000	B5	8	441388-1	神田明神・監修

## ムック

発売日	書名	本体価	判型	頁数	ISBN(978-4-07-)	著者
12/6	BEST HIT! 大人女子の小顔ヘアカタログ500	880	A4変	116	440489-6	主婦の友社・編
	愛らしいお直し ダーニングスティックとダーニングマウスでもっと楽しむ	2,400	A5	36	440220-5	野口光・著
	笠原将弘のいちばんおいしい冬レシピ	880	A4変	84	440302-8	笠原将弘・著
12/12	バレーボールNEX Vol.8	1,364	B5変	116	341681-4	プランニュー・編
12/17	とっておきの手みやげ&お取り寄せ	880	A4変	116	441490-1	オトナサローネ編集部・編
12/18	決定版 すく釣れる! 堤防からのソルトルアー	1,500	A5	176	341391-2	ケイエス企画・編
12/23	S Cawaii! BEAUTY MOOK ほほタダDIETBOOK	600	A4変	100	440905-1	主婦の友社・編
	医師がすすめる糖尿病に効く(たんぱく質たっぷり・糖質ちょいオフ)レシピ120	1,000	A4	84	441201-3	栗原毅・監修
	大人の動物占いBook 2020年の運勢	500	AB	84	439374-9	主婦の友社・編
	ステージグランプリ vol.9 2019 WINTER	1,450	A4変	84	440271-7	主婦の友インフォス・編
12/27	赤ちゃんが欲しいクリニックガイド2020	1,000	A4変	236	438280-4	主婦の友社・編

発売前の情報につき、発売日・タイトル・価格・体裁は変更となる場合があります。ご了承ください。

ご注文・在庫の  
お問い合わせ主婦の友社コールセンター  
〒354-0042 埼玉県入間郡三芳町みよし台13-10  
TEL:049-259-1122 FAX:049-259-1188ブックニュースに  
関するお問い合わせ株式会社 主婦の友社 販売部  
TEL:03-5280-7551  
FAX:03-5280-7552

2019年12月発売の雑誌

雑誌発売日

11/30 (土)	ゆうゆう [1月号]	12/2 (月)	健康 [1月号]	7 (土)	姉ageha [1月号] 園芸ガイド [1月冬号]	10 (火)	声優グランプリ [1月号]
13 (金)	COMIC魂 [1月号] Baby-mo [1月冬春号]	20 (金)	mina [2月号]	23 (月)	Ray [2月号]	26 (木)	GISELe [2月号]
27 (金)	COMIC魂 2月号増刊 ゴルフエンジョイコミック Vol.10 健康 [2月号]		ゆうゆう 2月号増刊 「生きる力を鍛えるヒント」 健康 [2月号]	28 (土)	ロト・ナンバーズ「超」的中法 [2月号] ゆうゆう [2月号]		

11/30  
発売

# ゆうゆう

表紙:松坂慶子さん  
定価:740円

1月号

巻頭特集

## 冬の絶景を愛でる旅

インタビュー

素敵な女性に会いに行く  
曾野綾子  
奈良岡朋子  
阿川佐和子



※表紙は前号のものです。

12/2  
発売

# 健康

定価:740円

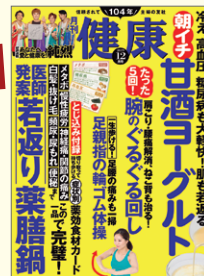
1月号

巻頭特集

視力一気に回復! No.1療法  
「ガボールパッチ&透かし見シート」  
視力回復メガネ  
20名プレゼント!

特集①

我慢なしで20kg減! 高血糖・脂肪肝も克服!  
医師自らも実践!  
1日2個卵を食べるだけ  
「ニコタマ療法」



※表紙は前号のものです。

12/7  
発売

# 園芸ガイド

定価:1,080円

1月冬号

巻頭企画

宮崎発の植物を発信  
アナーセンの花物語

大特集

冬から始める! クリスマスローズ  
イギリスのアシュードナーセリーの  
プライベートガーデン



※表紙は前号のものです。

12/13  
発売

# Baby-mo

表紙:未定  
定価:690円

1月冬春号

別添付録

離乳食の進め方と  
366日分 レシピBOOK

特集

冬汗かかせないコーデ  
冬の過ごし方ガイド



※表紙は前号のものです。

12/20  
発売

# mina

表紙:山本彩  
定価:660円

2月号

巻頭特集

週末、美容浴 SPECIAL ISSUE  
この冬“冬”を立て直す、8のこと。  
お出かけ顔と、ご近所顔 ほか

特集①

FASHION  
結論! 真冬の着回しは  
これを選んで、こう着る!



※表紙は前々号のものです。

12/23  
発売

# Ray

表紙:渡辺梨加  
定価:690円

2月号

特集①

パーちゃん 永久保存版  
ブロマイド7変化

特集②

はっぴーにゅーいや〜2020  
Rayモデルの NEW YEAR  
メッセージ



※表紙は前々号のものです。

発売前の情報につき、表紙・発売日・タイトル・価格・体裁は変更となる場合があります。ご了承ください。

書店様へ

書店様用Webページ  
最新のPOPや注文書をダウンロードできます!  
<https://shufunotomo.co.jp/sales/>

販売部 ツイッター  
アカウント名  
「ともこ」でつぶやきます  
[http://twitter.com/tomoco\\_hansoku](http://twitter.com/tomoco_hansoku)



株式会社 主婦の友社  
販売部 販売促進ユニット  
〒112-8675 東京都文京区関口1-44-10  
TEL 03-5280-7551  
FAX 03-5280-7552

インターネットからのご注文  
Sブックネット  
<http://www.s-book.net/>

ご注文・在庫のお問い合わせ  
主婦の友社コールセンター 〒354-0042 埼玉県入間郡三芳町みよし台13-10  
TEL 049-259-1122 FAX 049-259-1188  
月～金 9:30～17:30(土・日・祝日・年末年始は休業)

書店様担当  
ユニット長 伊藤 賢一  
朝生 大樹…関西・中国・神奈川・東京担当  
岡元 大…九州・四国・沖縄・北関東・東京担当  
堀本 純平…北海道・東北・東海・東京担当  
美濃 ほか…北陸・甲信越・千葉・埼玉・東京担当