

毎月、全国で好評発売中！

ほぐす・癒やす・キレイになる暮らし
からだにいいこと

2011年10/15(土)発売
2011年12月号
特集予告



第1特集

無理なく2kg！ 5kg！ 10kg！

必ず成功する「目標体重別ダイエット」

- ・目標体重別ヤセ方でないと結果が出ない！
- ・食べヤセ 甘いものに梅干し、アイスクリームに青菜...過食ストップ食材
- ・「5kgの壁」を突破した私の成功ダイエット
- ・10kgの脂肪を脱ぎ捨てた 読者のダイエット体験 ビフォー&アフターつき

第2特集

3カ月で変身！

「たるみ・しわ・しみ解消テク」の効果を読者が証明！

- ・奇跡の美容師が編み出した「整顔リハビリ美容術」で、ほうれい線・たるみ解消
- ・日本一シミのない40代美容家の「ながら保湿ケア」でシワが薄く！
- ・シミ消し第一人者の皮膚科医の「タイプ別シミ消しメソッド」で美白肌が蘇った！

第3特集

「便秘・貧血・冷え」女性の3大悩みを徹底改善！

- ・便秘⇒貧血⇒冷え⇒便秘 “負のスパイラル”を逆転させる法！
- ・冷え／「足」をケアすれば冷えは解消できる！
- ・便秘／「ウンチでるでる体操」でガンコな便秘がスルリ！
- ・貧血／しつこい貧血の特効食！「小松菜サラダ」で血が増える！

その他特集

- ・世界糖尿病デー企画
- ・10歳若くなる！ 秋のヘアカタログ
- ・秋のウォーキング企画 ※
- ・からこと世代のヘアケア企画 ※

※のマークは
別途広告企画書あり
からだにいいことADにて、
PDFダウンロード可能です！

●内容は一部変更になることがあります

【広告料金】

- 4C1P正価：120万円
- タイアップ制作費：
30万円／1P

【進行スケジュール】

- 校正1回入稿〆切：9月15日（木）
- 校正なし入稿〆切：9月29日（木）

【発行形態】

- 版型 A4変形・中綴じ
- 基本ページ数約140P+付録
- 発行部数 10万部・月刊
- 特別定価 600円(税込)

お問い合わせ先：祥伝社広告部 チームからだにいいこと

TEL:03-3291-1150 fax:03-3219-2170 <http://www.shodensha.co.jp/karakotoad/>