

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

2015年5/16売
7月号
特集予告



第1特集

10日間で体型は変わる！
つらくない「短期集中ダイエット」

- ・モデルと専門家の「短期集中引き締め」テク
- ・タイプ別「10日で体重落とし」メソッド
- ・ヤセたい部位別「部分ヤセ集中講座」

第2特集

40代、ファンデから見直さない？
プロが指導「手取り足取りメイク」

- ・「眉の形別、正しい描き方・整え方」
- ・ベースメイクは「ふっくらテク」注入で-5歳顔！

とじ込み付録

トイレで貼って毎日やろう！
「老眼解消シート」

第3特集

がんになる・老ける低体温を解消！
「体温を1℃上げて健康になるワザ」

- ・寝ながら「静脈テーピング」で最末端まで血流UP！
- ・食べ過ぎによる胃の疲労が冷えの原因！
具なしみそ汁で一日冷え取り断食

その他特集

- ・簡単カロリーオフ 豆腐クリームレシピ
- ・快眠、美肌、免疫アップまで!?「髪をひっぱりマッサージ」
- ・“アイロン男爵”が救える「アイロンがけ」の新常識
- ・虫歯の日(6/9)関連企画

※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

- ◆TU申込締切 ⇒ 3/18(水)
- ◆進行スケジュール
校正1回入稿〆切：4/16(木)
校正なし入稿〆切：4/24(金)

【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 11万部・月刊
- 通常定価 620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/>