

月刊「一個人」で大人気の健康特集が一冊になって増刊で登場！

健康一個人

■部数 5万部
 ■読者層 45～60代
 ■男女比 男性7 女性3
 ■販売 書店・コンビニ
 ■予価 980円(税込)
 ■判型 A4変型

2017. 5/29発売

月刊「一個人」で人気を博した“健康特集”が別冊として登場！
今まで月刊「一個人」本誌で特集していましたが、今後は丸ごと一冊健康ネタで読み応え十分な増刊として「健康一個人」というタイトルで刊行されます。

世間に溢れる医療や健康情報の中から、健康寿命を伸ばすために必要な、質の高い健康生活情報をお届けします。

**大特集： 若い内臓と血管が、
若い脳とカラダを保つ！**

月刊「一個人」で完売を記録した2つの人気特集を再編集！！

①血管や血液が若くなければカラダはどんどん老け込む

- 血流の改善や毛細血管のつまり解消
- もやもや血管を改善するツボマッサージ
- 食・睡眠・入浴で血流改善

②健やかな「腸」は最大の免疫力を発揮する！

- 腸だけが知っている・・・貴方はあと何年健康に生きられるか
- 「整腸力」で老化もがんも遠ざける
- 腸をきれいにする食べ方

③正しい「座る」「立つ」「歩く」でカラダが若返る！

- 今話題の「筋膜リリース」でカラダが楽に動く
- 背骨コンディショニング術で、体の歪みがリセットされる
- 座り方・猫背を直せばカラダに不調は消える

【広告料金】

スペース	サイズ	実施料金
表2	H284×W210	850,000
表3	H284×W210	750,000
4C1P	H284×W210	750,000



★特別付録
お薬手帳マルチケース

※特集内容は変更になる可能性がありますのでご確認ください

弊社WEBサイト BEST TIMESがオープン！ <http://best-times.jp>
弊社雑誌・書籍編集者が作る珠玉コンテンツサイトです。一個人のカテゴリーもごさいます。

KKベストセラーズ広告本部 TEL:03-5976-9145