

からだにいいこと

2019年11/15売
(2020年1月号)
特集予告



第1特集

(4C26P予定)

簡単ダイエットの頂点が決定！

読者が選ぶ2019年「ホントにヤセたのは、この方法！」

- ・2019年悲喜こもごも……読者のリアル「ダイエット成功・失敗レポート」
- ・大人気消費オンはカロリー爆弾！？高栄養価食材「タピオカ1万年の歴史」
- ・ちょい足しで満足感アップ！売り切れ続出「おからパウダー」

世界最先端の科学で解決！

シミ・ほうれい線が消える「老けない美肌習慣」

- ・適度な“圧”でたるみ上げて美肌を養う「ちょい強マッサージ」
- ・「ハトムギ美容水」が肌のターンオーバーを促しシミを消す
- ・老けない食品はどっち？「AGE値が高い食品、低い食品」

歯磨きだけじゃない！

「お口の中のケア」やるべきことの全て

- ・歯の汚れが2倍取れて、物忘れ予防にも！「脳トレ両手みがき」
- ・加齢だけで唾液は減らない！
「唾液うるうるマッサージ」で口臭・口内炎予防
- ・歯を磨きにくい人にもおすすめ！
食べるだけで歯周病予防「口腔内フローラ改善法」

第3特集

(1C13P予定)

その他 特集

- ・大不況も備えあれば怖くない
100歳になってお金に困らない！「ホントの人生設計」
- ・銀行・自治体をフル活用！「貯金&年金ザクザク技」
- ・風邪、冷え、カサカサ肌予防！
冬向け体質にスイッチする「食べる漢方」

その他 特集

- ※『冬のウィルス対策』企画
- ※『冬の肌トラブル対策』企画
- ※『女の下半身お悩み解決』企画

※のマークは、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：
37.5万円/1P

- ◆TU申込締切 ⇒ : 9/6 (金)
- ◆校了 ⇒ : 10/29 (火)

【発行形態】

- 版型 A4変形・中綴じ
- 基本ページ数約140P
- 発行部数 11万部・月刊
- 通常定価 620円 (税込)