



# 暮らしの おへそ

## Media guide2024

(株) 主婦と生活社 メディアビジネス部

[kokoku3@mb.shufu.co.jp](mailto:kokoku3@mb.shufu.co.jp)

☎03-3563-5131 📠03-3563-0531

主婦と生活社  
SHUFU-TO-SEIKATSUSHA

『暮らしのおへそ』が伝えたいメッセージ

習慣には、  
明日を変える  
力がある

# 「おへそ」=習慣

その人だけがもつ習慣、それを本誌では  
「おへそ」と呼んでいます。

俳優、作家、医師、料理家、経営者、主婦.....。  
『暮らしのおへそ』は、さまざまなバックグラウンドを  
持つ人々の「おへそ (=習慣)」を軸に、  
暮らしのディテールを紹介している  
ライフスタイルマガジンです。

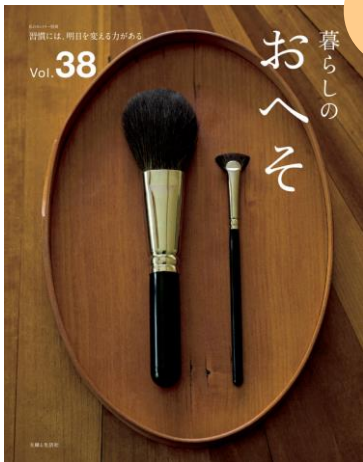
# 暮らしの おへそ

2006年1月に第1号を発売。2024年に18周年を迎えました。

1月発売



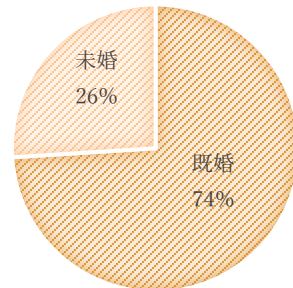
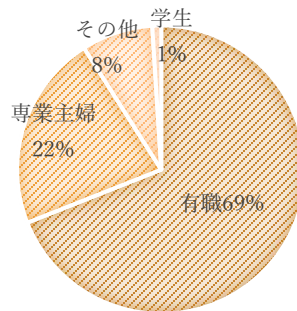
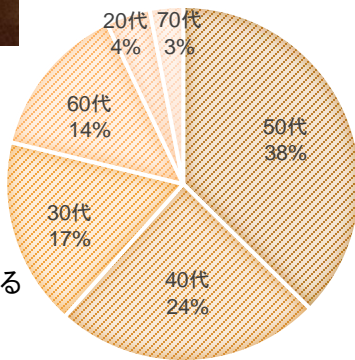
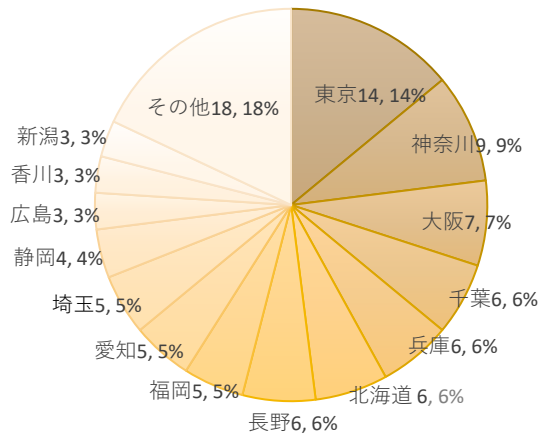
8月発売



年2回、70,000部発行

平均年齢56歳  
固定読者が多く、  
1号目から大切に  
保存してくださっている  
熱心なファン。

主要都市圏のほか  
全国のみなさまに  
ご愛読いただいています。



# 自分らしい生き方・暮らし方を大切にする人々の 「おへそ（＝習慣）」をご紹介します

産婦人科医  
高尾美穂さん



俳優  
木村多江さん



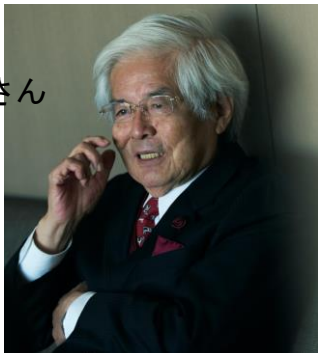
作家  
小川糸さん



デザイナー  
篠原ともえさん



解剖学者  
養老孟司さん



建築家  
田中ナオミさん



スタイリスト  
内田彩乃さん



料理家  
谷尻直子さん



# 「おへそ (=習慣)」に出会えるイベント

『暮らしのおへそ』の誌面に登場した店主と「おへそ (=習慣)」が変わるモノやコトに出会えるイベント。身に着けるもの、暮らしの道具、雑貨を持ち帰り、新しい明日に出会う楽しさを体験できます。



編集部主催の過去のイベントについては、以下のURLからご覧いただけます。

<https://kurashi-to-oshare.jp/tags/event/>



# 全国の読者とモノ・コトをつなぎます

2012年より「おへそ 買い物のすすめ展」を、2023年からは『大人になったら、着たい服』との合同展「おしゃれとおへそのお買い物展」を、北から南まで、年1回ペースで開催し、メディア認知を広げています。

●2024年5月@7階催事場

- 2012年2月@3階フロア
- 2013年4月@4階フロア
- 2014年4月@4階フロア

伊勢丹  
新宿店

大丸  
札幌店

日本橋  
三越本店

博多阪急

●2023年11月@8階催場

- 2015年9月@1階中央ホール
- 2016年10月@1階中央ホール
- 2017年6月@1階中央ホール  
新館4階  
本館7階
- 2018年9月@新館7階
- 2019年8月@新館7階
- 2020年11月@新館7階
- 2021年11月@オンライン

# 地域のものづくりを書籍やイベント、ECで後押し



『HUISの服づくり』  
遠州織物で作る極上の日常着  
(主婦と生活社)

ものづくりの現場取材  
価値を多方面から伝える

浜松市長表敬訪問

大阪・蔦屋書店本店や阪急うめだ本店、  
東京・渋谷ヒカリエなどで  
伝統織物の魅力を伝えるトークイベントを開催

編集ディレクター・  
一田憲子との別注アイテム

静岡県浜松市の伝統織物「遠州織物」を使用した産地発ブランドの書籍『HUISの服づくり』の著者が、中野祐介浜松市長を表敬訪問。

『暮らしのおへそ』編集ディレクター・一田憲子とのコラボレーションから生まれた別注アイテムの販売や、

静岡・東京・大阪において織物の魅力を伝えるトークイベントも開催。

地域に根差したメーカーやショップ、編集部でタッグを組み、“つながり”と“信頼”を大切にして情報発信してまいります。



# 隔週・日曜夜8時！ 商品紹介もいたします

『暮らしのおへそ』編集ディレクター・一田憲子と編集担当・木村愛によるポッドキャスト番組「暮らしのおへそラジオ」

さまざまな人々の暮らしの習慣を「おへそ」と名づけ、習慣からその人の生き方、暮らし方をご紹介するムック『暮らしのおへそ』がお届けするラジオ。

たとえドラマチックな出来事がなくたって、朝起きる時間を30分早くする、夜はテレビを見るのをやめてみる……

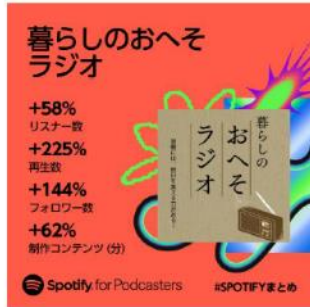
小さな習慣をひとつ変えてみるだけで、明日が変わり、暮らしが変わり、生き方が変わってくる。

習慣＝「おへそ」は、人生を変える最小単位なのかもしれません。

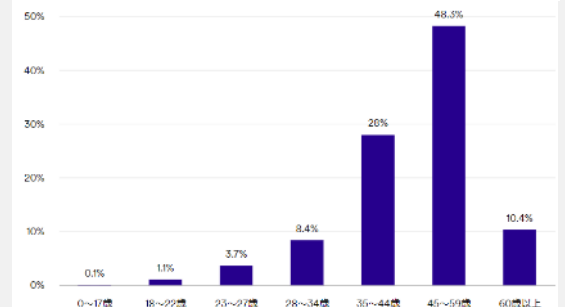
この番組では、そんな自分だけの「おへそ」を探したり、実践したり、これまでにはない「おへそ」を作ってみたり。そのプロセスをリスナーのみなさんと一緒に楽しんでいけたらと思っています。



## ■2023年の動き（Spotifyが提供しているPodcasterの2023年まとめより）



## ■リスナー年齢



# 広告料金

## 【媒体基本データ】



発行：年2回（1月・8月発売予定）

平均発行部数：70,000部

定価：1,500円（本体1,364円+税）

判型：AB判（天地267mm×左右210mm）

アジロ綴り・88ページ・オールカラー

## 【広告料金】

4C1P定価：G ¥1,000,000/税別

タイアップは4C2Pより承ります。

別途タイアップ制作費G ¥400,000/Pのご負担をお願い申し上げます。

# ◆WEBメニュー 『暮らしとおしゃれの編集室』 記事転載

本誌で実施したタイアップ素材を使用し、WEBマガジン「暮らしとおしゃれの編集室」に記事転載いたします。  
本誌で2ページ以上のタイアップを実施したクライアント様のみが対象となるメニューです。

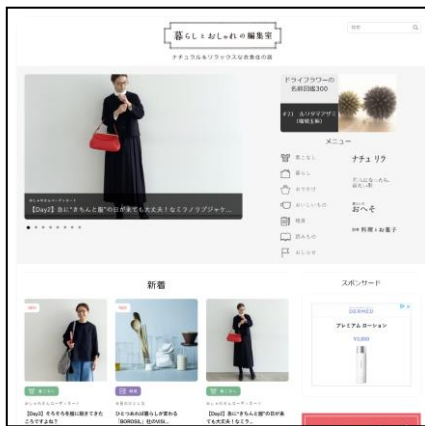
## 暮らしとおしゃれの編集室

暮らしまわりを大切にしている女性たちに向けて、  
明日をちょっぴり心地よく、楽しく過ごせたり、  
がんばろうと思えたりするモノ語りを集めたウェブマガジンです。



転載

『暮らしのおへそ』  
1月・8月発売



月間PV 1,448,443 月間UU 443,997

※Google Analyticsにて計測

※PV数は外部配信先込み、UU数は自社サイトのみの数値です。

・Instagram : 53,000-

・YouTube : 14,500-

※2024年6月時点

料金

G 500,000円 ~

※税別料金です。 ※制作費を含みます。

想定PV

5,000PV

計測期間

公開日より4週間

レポート

PV数（合計/日別）、合計クリック数、平均滞在時間

記事公開日

任意の平日でご希望の日時に指定していただけます。  
公開ご希望日の30日前までにお申し込みください。

誘導枠

- ・新着枠：掲載時
- ・トップページスライダー枠：4週間
- ・SNS投稿：掲載後3日以内  
(Twitter / Facebook / IGストーリーズ投稿 各1回)

注意事項

※本誌2ページ分のタイアップ記事を「暮らしとおしゃれの編集室」に転載。  
※本誌3ページ目以降、1P追加毎、+(G)100,000円となります。  
※本誌タイアップ料金については、弊社営業までお問合せください。  
※外部配信を行う場合がございます。  
※記事タイトルおよびサムネイルは公開後にも変更する場合がございます。  
※起用モデルにより、アーカイブ不可になる場合がございます。  
※二次利用については各営業担当にご相談ください。