

暮らしの
おへそ



暮らしのおへそ 20周年 特別広告企画

2025年4月

株式会社主婦と生活社

メディアビジネス部

kokoku3@mb.shufu.co.jp

☎ 03-3563-5131 📠 03-3563-0531

目次

- 01 20周年のコメント
- 02 暮らしのおへそ概要
- 03 メディア紹介
- 04 広告メニュー① 周年クライアント・ブランドさま限定！周年コラボ特価プラン
- 05 広告メニュー② 20周年記念 一田憲子さんとおしゃれさん対談プラン
- 06 広告メニュー③ 公式SNS広告配信(ダークポスト)頂戴した素材で直接貴社サイトへ遷移

2025年8月の発行で20周年

どんな人でも必ず持っているのが「おへそ」＝習慣。
誰かの「おへそ」を知ることが、
自分の「おへそ」を見直すきっかけになるのだと、
20年の取材を通してますます実感しています。

『暮らしのおへそ』編集ディレクター 一田憲子 Noriko Ichida

文筆家。OL、編集プロダクション勤務を経て、フリーランスに。
『暮らしのおへそ』『大人になったら、着たい服』（ともに主婦と生活社）では、
企画、編集、執筆を手掛けるほか、著書も多数。
自身のウェブマガジン「外の音、内の香」、ライター塾を主宰。
「暮らしのおへそラジオ」も好評配信中。

「外の音、内の香」
Instagram @noriichida

<https://ichidanoriko.com/>

『大人になったら、着たい服』
3月下旬/10月上旬発売
発行予定部数：70,000部



『暮らしのおへそ』
1月下旬/8月下旬 発売
発行予定部数：70,000部



雑誌『大人になったら、着たい服』『暮らしのおへそ』をはじめ、

熱量の高い読者を抱えるムックを手がけている(株)主婦と生活社暮らしとおしゃれ編集部が運営している

WEBマガジン『暮らしとおしゃれの編集室』

暮らし編集部が最も大切にしているのは「**繋がり**」と「**信頼**」の2点です。

「日々の暮らしを大切にしている読者」と「**ブランド・お店・情報**」を

「ムック・WEB・SNS・イベント・おしゃれさんたち・ラジオ」を通して信頼感でつなぎます。

- ▼【2025年予定】
- 百貨店イベント：4/23-29 阪急うめだ本店（大人服）、5/14-19 大丸札幌店（大人服&おへそ）、11/13-17 博多阪急（大人服&おへそ）
 - EC：4月（おへそ別冊）6月（大人服別冊）、8月（おへそ）、10月（大人服'25-'26秋冬号）、12月（大人服別冊）
 - 別冊企画：4月ニッポンのイイモノ、6月愛用品、キレイ習慣
 - WEB特集：3月ヘア、4月ニッポンのイイモノ、6月キレイ習慣

暮らしのおへそ

暮らしのおへそはこんな媒体です

2006年1月に第1号を販売。2025年8月に20周年を迎えます。

1月発売



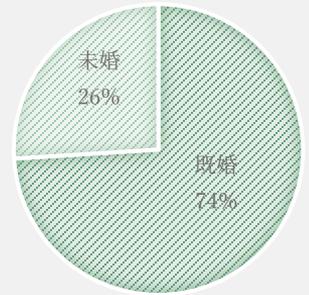
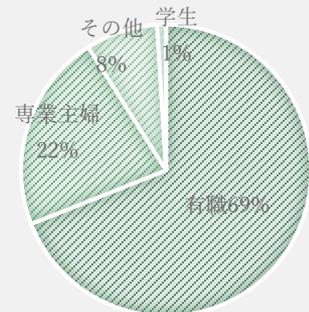
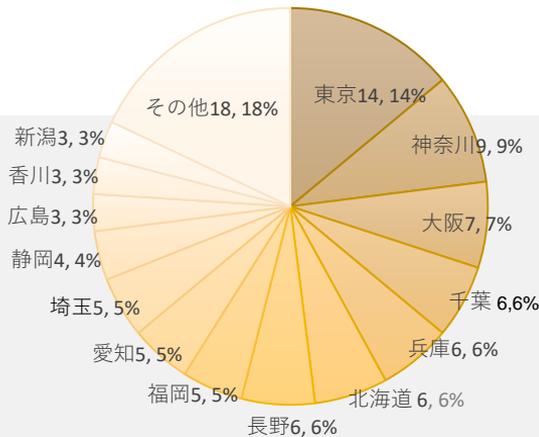
8月発売



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。



『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。

自分らしい生き方、暮らし方を大切にする

「おへそ（＝習慣）」をご紹介します

俳優
吉田羊さん



産婦人科医
高尾美穂さん



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



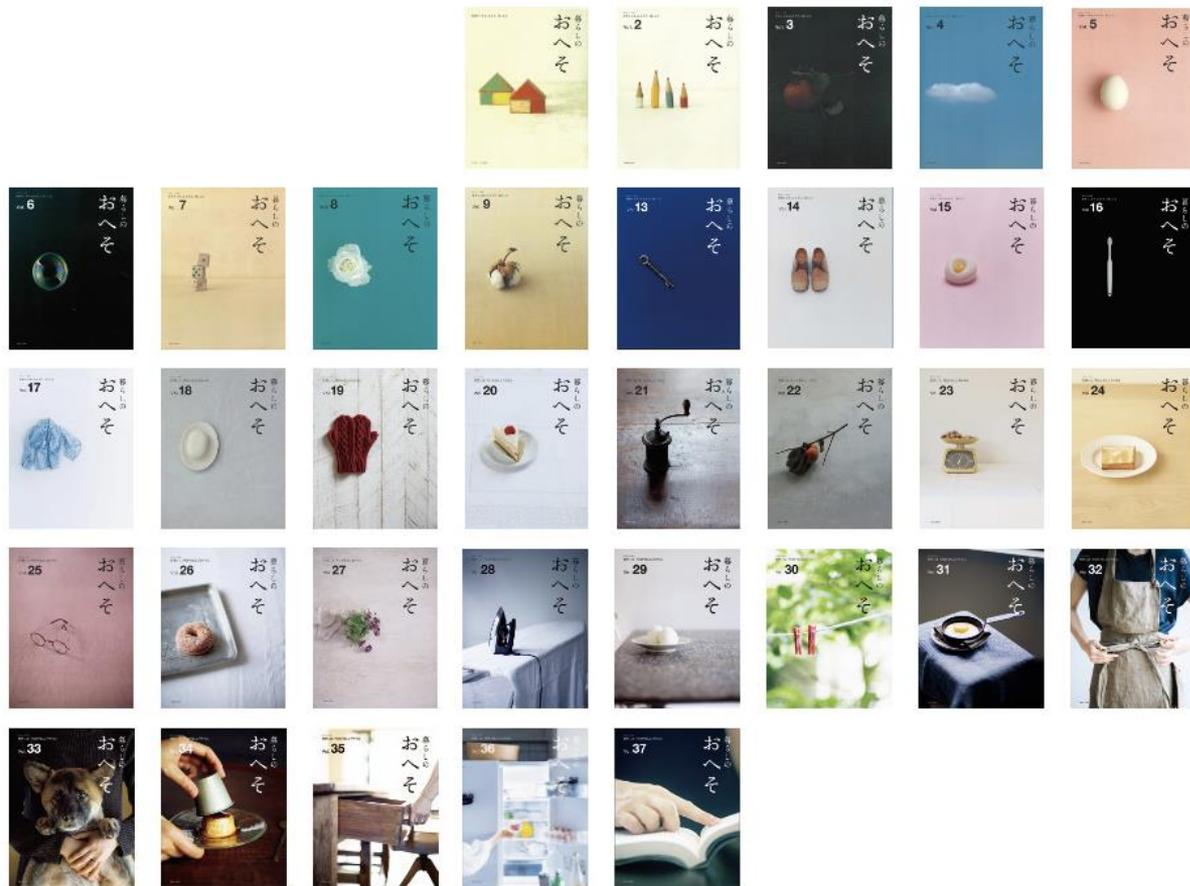
スタイリスト
内田彩仍さん



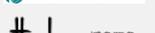
料理家
たかはしよしこさん

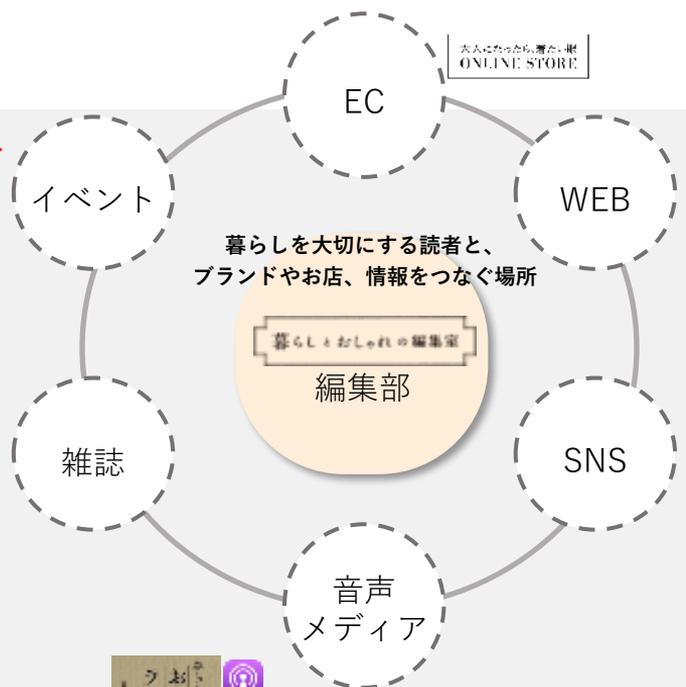


暮らしのおへそ バックナンバー



メディア概要

	伊勢丹新宿店	計9回
	三越日本橋本店	計5回
	阪急うめだ本店	計9回
	大丸札幌店	計3回
	博多阪急	計2回



月間PV 1,388,236
月間UU 473,942

※2024年12月
※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。

『暮らしのおへそ』 70,000部
『大人になったら、着たい服』 70,000部



「習慣には、明日を変える力がある」。著名人から一般の方まで、その人の根っこをつくる習慣を「おへそ」と名づけ、生き方・暮らし方を紹介するライフスタイル誌。

「大人だからこそ楽しめる自分らしいおしゃれ」がコンセプト。50代～60代前後の女性たちによる着こなし実例とともに、カジュアルで品のある服・小物選びの方法を指南。



暮らしのおへそラジオ
(総再生数95万回)

-  X (旧Twitter) 2,700-
 -  Facebook 6,500-
 -  Instagram 55,000-
 -  YouTube 14,600-
- ※2025年2月時点

暮らしのおへその多角的な取り組みもご紹介します

オンラインストアコラボ商品

HUIS×一田憲子さんコラボ おへそステンカラーコート
 イイホシユミコさんコラボ 朝食セット
 内田彩仍さんコラボ 巾着かごバック



音声メディア「暮らしのおへそラジオ」



関連書籍ムック

エッセイ ファッション 美容 お取り寄せ



クライアントワーク

福井県様



周年クライアント・ブランドさま限定！

周年コラボ特価プラン



概要：2025年に周年をうたう企業・ブランドさま限定の

特価コラボレーションメニューとなります。(20周年に限りません)

暮らしとおへそ20周年ロゴを使用した特別ロゴマークとタイアップ撮影素材も二次使用可能。販促にも活用いただけます。



パッケージ内容：

①暮らしのおへそ4C2Pタイアップ おしゃれさん1名起用

(※本誌が8/30発売予定のため撮影は6月までに実施)

②WEBスポンサーポストへ誌面転載 10,000PV

③暮らしのおへそラジオ (ポッドキャスト40分番組)
1回(10分×1) 計 想定再生回数5,000回/回放送

④暮らしのおへそ20周年ロゴ使用 (2026年1月迄使用可能)

⑤記事タイアップ画像1枚 クライアント様二次使用(1カ月)
<公式WEB・EC・SNS (SNS AD) >

料金	G 2,200,000円 ~ ※税別料金です。 ※おしゃれさん1名起用費を含みます。 ※遠隔地のご希望がある場合は別途費用が発生します。
想定PV	10,000PV ※長期休暇や年末年始、年度末はこの限りではありません
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
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営業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 (X / Facebook / IGストーリーズ投稿 各1回)
注意事項	・事前に企業及び製品の確認をさせていただきます。 ・遠方での取材・撮影が必要な場合は別途費用が発生いたします。 ・外部配信を行う場合がございます。 ・運用広告の配信用入稿物については、生成AIを活用する場合がございます。 ・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。 ・SNS投稿には『#PR (大文字) #貴社名もしくは正式なサービス/商品名』の順にて、ハッシュタグ列冒頭に記載します。

※20周年ロゴは仮のものです。現在鋭意製作中で、
完成は4月下旬を予定しています。

20周年記念



一田憲子さんとおしゃれさん対談プラン

概要 :ミドルエイジ女性の20年を見てきた編集ディレクター・

一田憲子さんとゲストのおしゃれさんの対談が実現。

それぞれの視点で貴社ブランドを魅力的に訴求する豪華WEB企画！



読者のあこがれ おしゃれさんたち



ほか

★2025年内の掲載開始に限りませ★

パッケージ内容：

①WEBスポンサードポスト 10,000PV
一田さん×おしゃれさんの特別対談

②暮らしのおへそ20周年ロゴ使用（2026年1月迄使用可能）

③記事タイアップ画像 1枚 クライアント様二次使用（1カ月）
＜公式WEB・EC・SNS（SNS AD）＞

料金	G 1,600,000円 ～ ※税別料金です。 ※おしゃれさん1名＋一田さん起用費を含みます。 ※遠隔地のご希望がある場合は別途費用が発生します。
想定PV	10,000PV ※長期休暇や年末年始、年度末はこの限りではありません
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
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営業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 （X / Facebook / IGストーリーズ投稿 各1回）
注意事項	・事前に企業及び製品の確認をさせていただきます。 ・遠方での取材・撮影が必要な場合は別途費用が発生いたします。 ・外部配信を行う場合がございます。 ・運用広告の配信用入稿物については、生成AIを活用する場合がございます。 ・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。 ・SNS投稿には『#PR（大文字） #貴社名もしくは正式なサービス/商品名』の順にて、ハッシュタグ列冒頭に記載します。

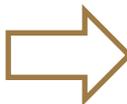
※20周年ロゴは仮のものです。現在鋭意製作中で、
完成は4月下旬を予定しています。

公式SNS広告配信(ダークポスト) いただいた素材で直接貴社サイトへ遷移

概要 : いただいた写真素材を、編集部がコラージュ。

暮らしとおしゃれの編集室のInstagramアカウントから

直接貴社のページへ送客します。



クライアントサイトに遷移
静止画1枚・テキスト・URL

料金	G 600,000円 ~ ※税別料金です。※Instagram
想定CLICK	4,000クリック ※長期休暇や年末年始、年度末はこの限りではありません
計測期間	4週間
レポート	Imp数(閲覧数)、リーチ数、クリック数
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。 配信ご希望日の15営業日前までにお申し込みください。
入稿 配信アカウント	画像、テキスト、URL 配信アカウント: @kurashi_to_oshare
注意事項	<ul style="list-style-type: none">・事前に企業及び製品、クリエイティブの確認をさせていただきます。・掲載テキストは編集部が編集します。・ターゲティングは弊社にお任せください。ご要望がある場合はご相談ください。・各プラットフォーム毎に審査がございます。審査を通過した案件のみ掲載します。・プラットフォーム側判断で予告なく仕様変更などの不具合が起こる可能性があります。・SNS投稿には『#PR (大文字) #貴社名もしくは正式なサービス/商品名』の順にて、ハッシュタグ列冒頭に記載します。

※20周年ロゴは仮のものです。現在鋭意製作中で、
完成は4月下旬を予定しています。