



料理専門誌

オレンジページ
クッキング
Cooking

媒体資料 2023

株式会社オレンジページ
ソリューション営業局
アカウントプランニング部
ad@orangepage.co.jp

季刊ムックとして、料理好き読者に寄り添ったおいしい情報を発信中！

季刊ムックとして、
料理好き読者に
寄り添ったおいしい
情報を発信中！

もっと楽しく、もっと美味しく。 レシピの力で、暮らしにときめきを。

「オレンジページCooking」のキャッチコピーは「料理にときめく」。人気の料理家や話題のシェフたちによる「今こそ作ってほしい」という力のこもったレシピの提案で、毎日のおかずがときめくひと皿に！

ビジュアル情報に敏感で、いつもおいしいものを探している読者と
同じ目線に立ってレシピを編み出し、旬ごとの一冊をつくっています。
読者のみなさんがときめくのは、レシピだけではなく。

キッチンがときめく暮らしのはじまりとなることも提案。
旬の食材や調味料のイマドキの使い方、
話題の家電や調理器具を
「オレンジページCooking」ならではの切り口で紹介しています。

Cookingを義務ではなく、「ときめき」を求める世代へ向けて、
料理家のみなさんと編集部が一丸となって、
その期待に応えていきたいと思っています。



『オレンジページCooking』編集長
神吉佳奈子

profile

1969年広島生まれ。NHK出版、JAグループ家の光協会を経て、プレジデント社dancyu編集部所属。2013年より2017年まで、dancyu編集部 副編集長に。長らく食や農にかかわる雑誌の編集にたずさわる。2018年より全国の高校生が森や海・川の名人を訪ね、知恵や技術を聞き書きする「聞き書き甲子園」のNPOに所属。その後フリーランスの編集者としてローカルな食と酒の発信や、料理本の編集を手がける。

1.料理家の知恵、思いがけない料理との出会い

料理家・食通のアイディアの「おいしいところ」をギュッと抽出。
インパクトある言葉と、洗練されたページデザインでお伝えします。
いつもの味とはまた変わった、**食材の新鮮な組み合わせ**や出逢ったことが無い
調理法に読者は釘付け。**実際に試した！**という声がたくさん届いています。

読者の**支持の高い料理家**をアサインした調理
企画は毎号大好評！

番外編
あると便利な
冷蔵庫のスタメン

（注ぐだけ水だし）
だしをとる手間いらず



保存容器に昆布（長さ15cm）1枚を入
れて水1.5を注ぎ、冷蔵庫で凍らせてお
く。かつお節やいりこでとることも。

昆布で3日、かつおで3日冷蔵庫で凍
らせておくと、だしはとれやすくなる。

自家製マスタートドレッシング
アレンジ自在



保存容器に砂糖小さじ1、塩小さじ
1/2、こしょう少々、フレンチマスター
ド小さじ1、白ワインビネガー25
50ml、オリーブオイル50gをよく
混ぜる。

冷蔵庫で1週間冷蔵保存。



昆布だしやかつおだしを
使う場合は、お好みで
調整してください。

キャベツ → 塩もみする

外葉も無駄なく、おいしく使いまわす



キャベツ（約500g）はしんを切り取る。
縦4cmの縦切りにし、塩小さじ1/2をふって
全体を混ぜる。10分ほどおき、全体をし
っかりもむ。

昆布だしで凍らせ1週間冷蔵保存。

大根 → 塩もみする

切り方2種で用途広がる



大根1本（約100g）は、皮つきのまま半分
を縦切りにし、残りを縦2cmの半月切りに
する。それぞれ塩小さじ1/2をふって混ぜる。
10分ほどおき、全体をかるくもむ。

昆布だしで凍らせ1週間冷蔵保存。
大根は冷凍庫で凍らせておく。

刺し身用サーモン → 塩する

うまみ凝縮、塩ササミに



サーモン（刺し身用）1さく（約250g）は水
気を拭く。塩小さじ1/2をふり、全体をよく
すり込み、ペーパータオルで包む。

昆布だしで凍らせ1週間冷蔵保存。
昆布だしで凍らせ1週間冷蔵保存。
昆布だしで凍らせ1週間冷蔵保存。

鶏もも肉 → 塩する

余分な水が抜け、プルプルに



鶏もも肉2枚（約500g）は皮を剥き、水
気を拭く。塩小さじ1/2をふり、全体にすり込
む。ラップでぴっちり包む。

昆布だしで凍らせ1週間冷蔵保存。
昆布だしで凍らせ1週間冷蔵保存。
昆布だしで凍らせ1週間冷蔵保存。

ベビーリーフ → 洗っておく

いつでもシャキリ食感に



ベビーリーフ（大）1袋（約100g）は、流水
で洗う。ざるつづきのバットに入れ、ぬか
したペーパータオルをかぶせる。

昆布だしで凍らせ1週間冷蔵保存。
昆布だしで凍らせ1週間冷蔵保存。
昆布だしで凍らせ1週間冷蔵保存。

きのこ → ほくして冷凍する

バラバラはぐれ、使い勝手の



広しいたけ1パック（5個）は石づきを切
り、横に薄切りにする。えのきだけ1袋は
縦を切り、高さ3cmに切る。しめじ1パ
ックは石づきを切り、小房に分ける。

昆布だしで凍らせ1週間冷蔵保存。
昆布だしで凍らせ1週間冷蔵保存。
昆布だしで凍らせ1週間冷蔵保存。

まとめ買いでも**フードロス0**。
マキ流「ちょい仕込み」

日々のご献立に、無駄なロスなく使えるのは大
変なメリットだと思います。夕飯作りのついでに
お料理をちょい仕込みます。

あくまで「洗う・切る・包む」などの負担にならない範囲で、
食料ロスも防げるから、賢者の食生活が実現します。

マキ先生が美味しいと言っ
ているので作ってみたいと思った

しらいのりこ先生御本人が、
インスタライブの中でトマトと
キムチの相性がよいと話して
いらっしゃったので！

今まで焼きなすがうまく作れた
事がなく、苦手意識が強かつ
たのですが、**瀬尾先生の作り
方**どおり作ったら大成功！

2.こだわりのキッチン道具・家電との出会い

料理家おすすめのキッチン道具など、料理好きの好奇心をくすぐる「モノ」との出会いをつくります。

23年度から料理好きに刺さるキッチン道具・家電の新連載がスタート！

読者からも支持の高い著名な料理家が、本当にお気に入りの道具を読者が気になる・すぐに欲しくなるようなポイントを押さえて魅力をご紹介します。

話題の調理家電のある暮らし

最新のホームベーカリーでできること。

Point 01
本格的で、おいしいパンが自動で焼ける。

Point 02
全粒粉のパンが簡単に作れる。

Point 03
パン以外にも、ビスケットや、らくらく作れる。

Pick Up
ホームベーカリー ビストロ

【COOKING TOPPING #02】

料理上手の台所道具

神庭さんの相棒
クリスタル® グラフィット

この無駄のない造形美よ！

【COOKING TOPPING #02】

【COOKING TOPPING #02】

料理家はどう使いこなす？

Point 01
角切りりんごの紅茶パン

Point 02
ガーリック明太パン

Point 03
コンパクトベーカリー

毎号のアンケート、読者の気になる&買いたい製品や人気の傾向を日々調査しています。

1.料理が趣味

時短や、やりくりおかずで工夫する

毎日の食事作りではなく、料理を作る楽しさを訴求

2.美味しい！のためならお金と時間を惜しまない

周りとは違う道具、家電に関心があり、購買意欲が高い

オレンジページ
Cooking

オレンジページ

いつもと違う味付け・食材を使い
時間とお金をかけてでも
もっと美味しいものを作りたい

新しい食材・調味料・調理道具・家電
こだわり素材や新機能、食文化、
料理家の知恵・秘密



オレンジページCooking公式
Instagram
10.7万人※
フォロワー

【投稿内容】

料理家を立てたレシピ、表紙候補案の
フォロワー参加型投票、発売号告知

【人気】

- ・アジアレシピ、料理家名が入った投稿
- ・フォロワーの反響⇒誌面企画に採用も
- ・ビジュアル強い投稿⇒読者#作ってみた

【フォロワーのよく使うハッシュタグ】

#フードコーディネーター #オーガニック
#グルテンフリー #ロカボ #女子会

思いがけない料理に出会える価値を提供

求めているもの

刺さるもの

身近なモノで、もつと便利でおいしく！

簡単・時短・効率よく！家にある食材で
万人受けする料理を上手に作りたい
料理のコツや暮らしのヒントも知りたい

間違いのないレシピ、わかりやすさ
リピートレシピ、人気ランキング



オレンジページ公式
Instagram
14.2万人※
フォロワー

【投稿内容】

オレンジページnet連載、レシピ掲載
投稿、美容投稿、エンタメ情報

【人気】

懐かしネタ、ローカルネタ、ロングセラー、
おすすめ紹介投稿が人気。

【フォロワーのよく使うハッシュタグ】

#常備薬 #美容 #キャンペーン
#ハンドメイド #誕生日 #夏休み

料理が大好き
もはや趣味！

オレンジページ
Cooking

オレンジページ

簡単・ラクな
方法を知りたい

Cookingアンバサダー本格始動！

料理好きとしてのこだわりやプライドを持ち、とにかく料理愛にあふれるCooking読者。そんな読者を代表して、誌面作りに参加＆Instagramで情報発信するアンバサダー15名の活動がスタートしています。

掲載前レシピの試作や新商品の体験モニター、クライアント様企画への参加などなど。好きだからこそ妥協しない、愛のある投稿をInstagramで発信して頂き、読者の“今”求めるものをお伝えします。

「#Cookingアンバサダー」
で検索！

#cookingアンバサダー

投稿
330
件

新商品のモニター投稿
も可能です！

@stock_flow さん



@studionekobakery さん



@miiiahii さん



@mieppp624 さん



@midd33cove さん



@akko0630akemi さん



@yukimas_cook さん



@chiii_life さん



@ma_ru_co さん



@daifuku_meshistogram さん



Cooking読者は、「旬」にこだわり、食意識が**高い**！

Q.あなたの料理や食事に対する意識や行動として、以下の事柄はどの程度あてはまりますか。

あてはまる＝「とてもあてはまる」「あてはまる」と回答した方の割合比較

あてはまる＝「とてもあてはまる」「あてはまる」と回答した方の合計

どちらともいえない・あてはまらない＝「どちらともいえない」「あてはまらない」「まったくあてはまらない」と回答した方の合計

オレンジページ読者※よりも
Cooking読者の方が
食意識が高い結果に！

旬の食材などを使うこ
とで、季節を感じたい



料理をすることで暮らし
が**楽しくなる**



新しいジャンルの料理
を食べたり作ったりして
積極的に試したい



■ Cooking ■ オレンジページ

※読者データ：2022年8月Cookingコア読者アンケート調査結果(n=49) / 2020年オレンジページ読者調査(n=698)

Cooking読者は、キッチン家電の所持率が高く、購入意欲が高い

Q.キッチン家電の中で、ご自宅でお持ちのもの、今後買い替え・新規購入を考えているものはありますか。
(複数回答)

■ 自動調理鍋・電気圧力鍋

新規購入・買い替えたい！→ **44.9%**
オレンジページ読者は **21.3%**

Cooking読者の**購入意欲**
はオレンジページ会員組織※の
約2倍！

■ 電気フライヤー・ノンフライヤー

新規購入・買い替えたい！→ **32.7%**
オレンジページ読者は **15.0%**

■ ホームベーカリー

新規購入・買い替えたい！→ **28.6%**
オレンジページ読者は **15.2%**

※読者データ：2022年8月Cookingコア読者アンケート調査結果(n=49)
2020年オレンジページ会員組織調査(n=1,352)

調理道具への関心が高い

誌面を見て関心を持ち、**買いたいと思ったもの**、**実際に購入したもの**を読者モニター調査実施。
Cooking 1号あたり※の中で、**高い関心**と、実際に**購入へと行動に移している**読者が多く確認できました。

関心を持ったもの(多かったもの一部)

片口ボウル…9名

毎朝のお弁当の卵焼きの液だれに、
ちょっとストレスを感じていたので、
ぜひ欲しいと思いました。

▶左：「編集部員が愛用中、<オレベ通販、これがイチ推し>」、右：通販ページ掲載



ツレツレハナコさんコラボ ふたつき鉄製揚げ鍋…7名

揚げ物をする事が多いので、
この揚げ鍋ならコンパクトで**洗ったり、しまったりする工程が楽で**素敵な商品だと思いました。

コラボ商品を使った揚げ物特集、通販ページ掲載



購入したもの(一部)

片口ボウル

シャープな注ぎ口で、液体の「きれがいい」片口ボウル。小ぶりなサイズとクールな見た目で、**食卓でも大活躍**で家族皆で感謝しています。

カレー特集を見て、
スパイス類をそろえました！→多数

水キムチの
保存容器

瑠璃のバット

arikoさんこだわりの白だし！

コツのいらない
天ぷら粉

DEAN &
DELUCAの
生ハム



Cooking読者は特に「おいしいもの」への出費を惜しまない。

オレンジページ読者※よりも
Cooking読者の方が高い結果に！

あなたが、以下の事柄について1回あたりに使おうと思える上限金額はいくらくらいですか。それぞれについて近いものをお選びください。

単一回答

		1	2	3	4	5	6	7	8	9
		0円・お金はかからない	500円未満	500～1,000円未満	1,000～2,000円未満	2,000～3,000円未満	3,000～5,000円未満	5,000～1万円未満	1万円～5万円未満	5万円～10万円未満
●料理教室への参加	Cooking	12.2	0.0	2.0	16.3	22.4	30.6	14.3	2.0	0.0
	オレンジページ	25.9	1.7	10.0	14.7	15.5	19.3	11.1	1.6	0.0
●フライパンの購入	Cooking	4.1	0.0	2.0	12.2	20.4	26.5	16.3	18.4	0.0
	オレンジページ	2.2	1.3	6.3	22.7	22.6	20.2	16.9	7.5	0.2

※読者データ：

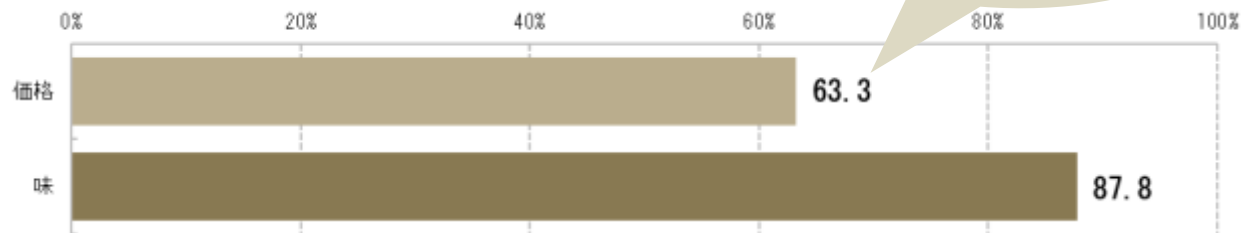
Cooking：2022年8月Cookingコア読者アンケート調査結果(n=49)

オレンジページ：2020年読者調査の中から、日常的にオレンジページを購入している方(n=638)

購入時に意識すること 価格 < 味

「価格」よりも「味」の割合が高かった！
「原材料」、「産地」、「安心なブランド・メーカーであるかどうか」についても意識している読者が多い

- ドレッシング・油→**上限金額が高い**印象
500～1,000円(/本)：**77.5%**

価格よりも味を
意識する方が
20%以上高い

※読者データ：2022年8月Cookingコア読者アンケート調査結果(n=49)

ページをめくるたび、思わず、うっとり

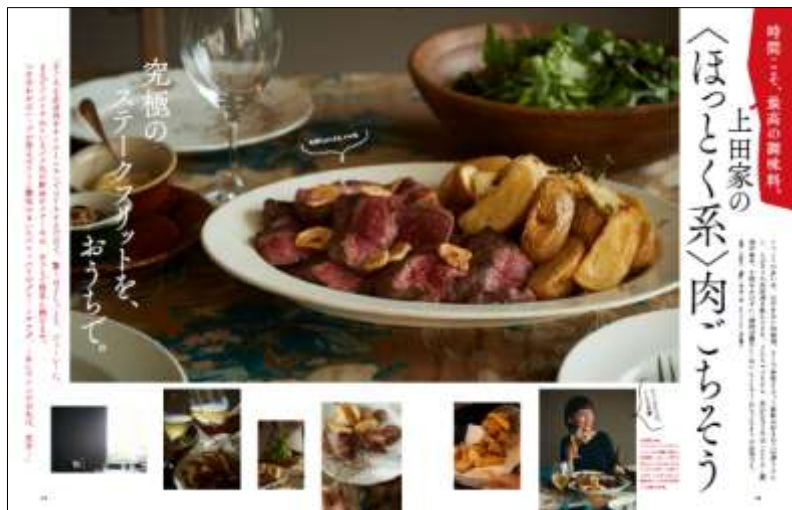


世界観に引き込まれるような表現

例えば、蒸し煮を「エチュベ」と表現し、フランス料理の技法を紹介。読者の心に響かせます。



料理に新たな価値を
料理の時間を惜しまず、
「じっくりこだわって楽しみたい」
「少し高くてもいいものが欲しい」
という読者の声に寄り添った
こだわり抜いた特集で、
Cookingファンを虜にします。



美しく魅せる

まるでおしゃれなアート。
食材、調味料、調理道具、
うつわ、人…
料理を取り巻く
すべての要素を引き立てます。

1.和風おろしチキンステーキ献立

【読者コメント】

表紙で一目惚れしました。予想以上に簡単に短時間で出来ました。ちよい仕込みをしてみたくなりました。鶏肉が好きなので。表紙でみて美味しそうだったので。

魅せ方！

2.塩麻婆豆腐



【読者コメント】

いつもと違う麻婆豆腐作ってみたい。味変するのがいい！辛いかなと思っていたが、編集部試作メモに「小学生でも食べられた！」とあり、作ってみようと思った。

ひと味違う
アレンジの虜に。

3.照り焼き豚つくね

【読者コメント】

今まで食べたつくねの中で、1番おいしく出来た！写真の豚つくねがてりてりで美味しそうだから、絶対に作ります。好き嫌いのある娘もおかわりしていたから。バリエーションが豊富で素晴らしい。



洗練されたビジュアルで 貴社商品をわかりやすく 魅力的に伝えます！

本格的な料理を作りたい読者が最も
知りたい内容を、美しい料理写真とと
もにわかりやすく伝えます。
読んだらすぐにでも買いに行きたく
なる・使いたくなる、そんな商品紹介を
目指します。

商品のこだわりを丁寧に
拾い、読者に刺さるよう
に紹介。

麻辣醬で「大人の麻婆豆腐」

材料(2人分)
鶏ひき肉.....120g
冷凍豆腐(水切り後).....1丁(約100g)
ねぎの細いみじん切り.....10g
しょうがのみじん切り.....10g
にんにくのみじん切り.....10g
A 調味料.....大さじ1-2
A 調味料.....大さじ1-2
A 調味料.....大さじ1-2
A 調味料.....大さじ1-2
A 調味料.....大さじ1-2
A 調味料.....大さじ1-2
A 調味料.....大さじ1-2
A 調味料.....大さじ1-2
A 調味料.....大さじ1-2
A 調味料.....大さじ1-2

**3調味料はこう使う！
「汁なし担々麺」の作り方**

材料(2人分)
鶏ひき肉.....120g
冷凍豆腐(水切り後).....1丁(約100g)
ねぎの細いみじん切り.....10g
しょうがのみじん切り.....10g
にんにくのみじん切り.....10g
A 調味料.....大さじ1-2
A 調味料.....大さじ1-2
A 調味料.....大さじ1-2
A 調味料.....大さじ1-2
A 調味料.....大さじ1-2
A 調味料.....大さじ1-2
A 調味料.....大さじ1-2
A 調味料.....大さじ1-2
A 調味料.....大さじ1-2
A 調味料.....大さじ1-2

「汁なし担々麺」の作り方

材料(2人分)
鶏ひき肉.....120g
冷凍豆腐(水切り後).....1丁(約100g)
ねぎの細いみじん切り.....10g
しょうがのみじん切り.....10g
にんにくのみじん切り.....10g
A 調味料.....大さじ1-2
A 調味料.....大さじ1-2
A 調味料.....大さじ1-2
A 調味料.....大さじ1-2
A 調味料.....大さじ1-2
A 調味料.....大さじ1-2
A 調味料.....大さじ1-2
A 調味料.....大さじ1-2
A 調味料.....大さじ1-2
A 調味料.....大さじ1-2

**「3つの調味料」に着目！
「まるでお店」な
汁なし担々麺**

（お店クオリティな理由！）

こく甘肉みそ
① 調味料.....大さじ1-2
② 調味料.....大さじ1-2
③ 調味料.....大さじ1-2

しび辛ごまだれ
① 調味料.....大さじ1-2
② 調味料.....大さじ1-2
③ 調味料.....大さじ1-2

芝麻醬
① 調味料.....大さじ1-2
② 調味料.....大さじ1-2
③ 調味料.....大さじ1-2

芝麻醬
① 調味料.....大さじ1-2
② 調味料.....大さじ1-2
③ 調味料.....大さじ1-2

（お店クオリティな理由！）

こく甘肉みそ
① 調味料.....大さじ1-2
② 調味料.....大さじ1-2
③ 調味料.....大さじ1-2

しび辛ごまだれ
① 調味料.....大さじ1-2
② 調味料.....大さじ1-2
③ 調味料.....大さじ1-2

芝麻醬
① 調味料.....大さじ1-2
② 調味料.....大さじ1-2
③ 調味料.....大さじ1-2

芝麻醬
① 調味料.....大さじ1-2
② 調味料.....大さじ1-2
③ 調味料.....大さじ1-2

**読者が知りたい
ポイントを
わかりやすく！**

芝麻醬
中華の四川料理に欠かせない「芝麻醬」は、白ごま100%のペーストで、中華料理のパンチに欠かせない。時間をかけて搾り出すことで、強い旨味と香りを引き出しています。油ごまペースト部分が分離することがありますが、これはごまのうまみと香りを凝縮したあかし。110g 378円（税込）

芝麻醬
中華の四川料理に欠かせない「芝麻醬」は、白ごま100%のペーストで、中華料理のパンチに欠かせない。時間をかけて搾り出すことで、強い旨味と香りを引き出しています。油ごまペースト部分が分離することがありますが、これはごまのうまみと香りを凝縮したあかし。110g 378円（税込）

芝麻醬
中華の四川料理に欠かせない「芝麻醬」は、白ごま100%のペーストで、中華料理のパンチに欠かせない。時間をかけて搾り出すことで、強い旨味と香りを引き出しています。油ごまペースト部分が分離することがありますが、これはごまのうまみと香りを凝縮したあかし。110g 378円（税込）

芝麻醬
中華の四川料理に欠かせない「芝麻醬」は、白ごま100%のペーストで、中華料理のパンチに欠かせない。時間をかけて搾り出すことで、強い旨味と香りを引き出しています。油ごまペースト部分が分離することがありますが、これはごまのうまみと香りを凝縮したあかし。110g 378円（税込）



【与件】商品認知・理解の促進と各商品を使ったレシピ検索アプリのPR。
 【内容】Instagramで75万人フォロワーを持つぐっち夫婦を起用し、オレンジページnetと雑誌『オレンジページCooking』のTUページを展開、連動した内容のインスタライブを実施。インスタライブはぐっち夫婦と弊社の両方のアカウントに配信・投稿することで、リーチ拡大に貢献しました。

▼ WEB



▼ 誌面



▼ インスタライブ配信



アプリの機能も
わかりやすく解説！



『オレンジページCooking』と
ぐっち夫婦の
両アカウントから同時配信&投稿

ツレヅレハナコ様と編集部がこだわり抜いた商品を開発！

食品でも調理道具でも、**料理マニア**、**料理好き**だから思いついた、**料理好きが欲しくなるアイテム**という仕立てで、
今後もこだわり商品を生み出します。



読者の声を伝えながら、
納得のいくまで議論します。



通販担当が工場見学へ
こだわりを叶えてくれる製造元
メーカーの選定にも本気！

サンプル※が
出来上がりました！



※完成品と異なる場合があります。

6/2発売 Cooking夏号 誌面紹介

特集と
通販ページ
にてご紹介

**オレンジページ
net
→開発ストーリー****通販
オレンジページshop
(JRE MALL内)****オレンジページCooking アカウント
Instagram投稿**

再生回数
2.5万超

**オレンジページ公式&コラボ アカウント
インスタライブ同時配信**

実施後
商品が完売

**コトラボ阿佐ヶ谷
料理教室**

誌面タイアップの内容を『オレンジページnet』にも掲載することで、リーチを広げ、より多くの読者へ届けることが可能になります。

誌面タイアップ+『オレンジページnet』転載

- ・『オレンジページCooking』誌面：4C2P
- ・『オレンジページnet』に転載
 - 4週間で10,000PV目安+誌面掲載期間アーカイブ
(季刊誌のため3~4か月間、号によりアーカイブ期間変動)
 - 簡易レポート提出(PV、UU)
 - 誘導枠については、P19をご覧ください。
- ・オレンジページメンバーズへのDM配信：1回(7.4万人)

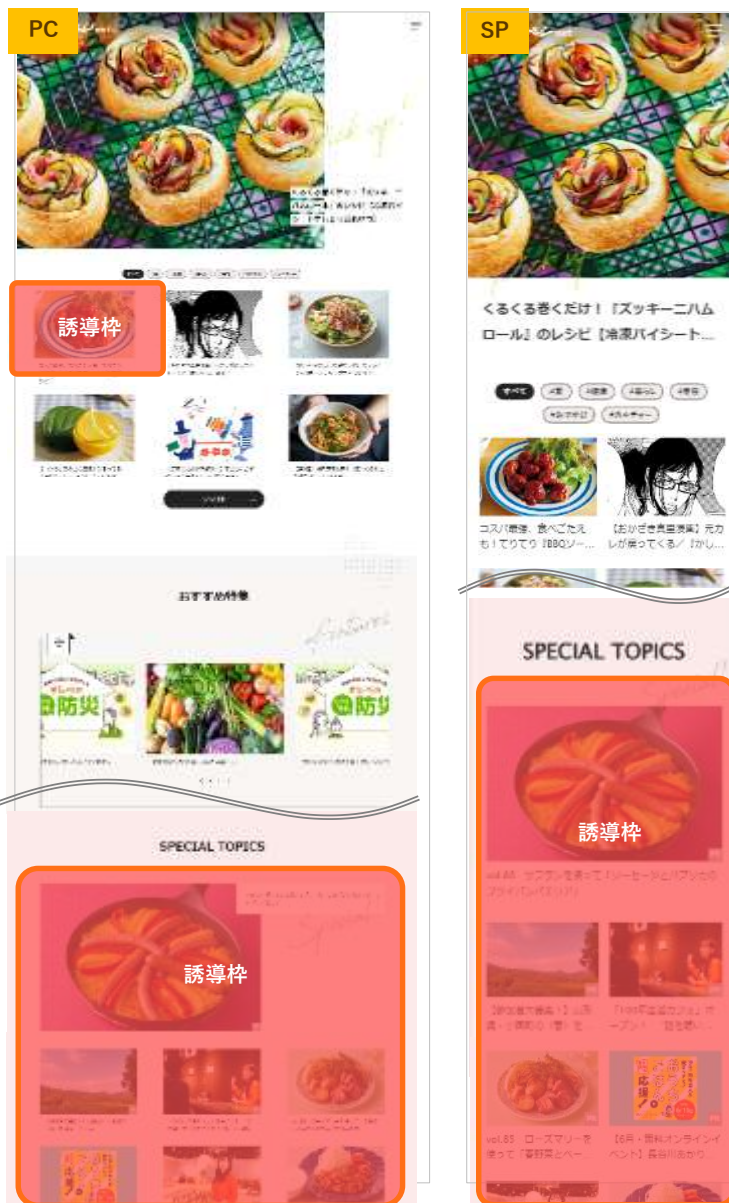
誌面掲載料、net掲載費(製作費込み)

... **特別価格G350万円**

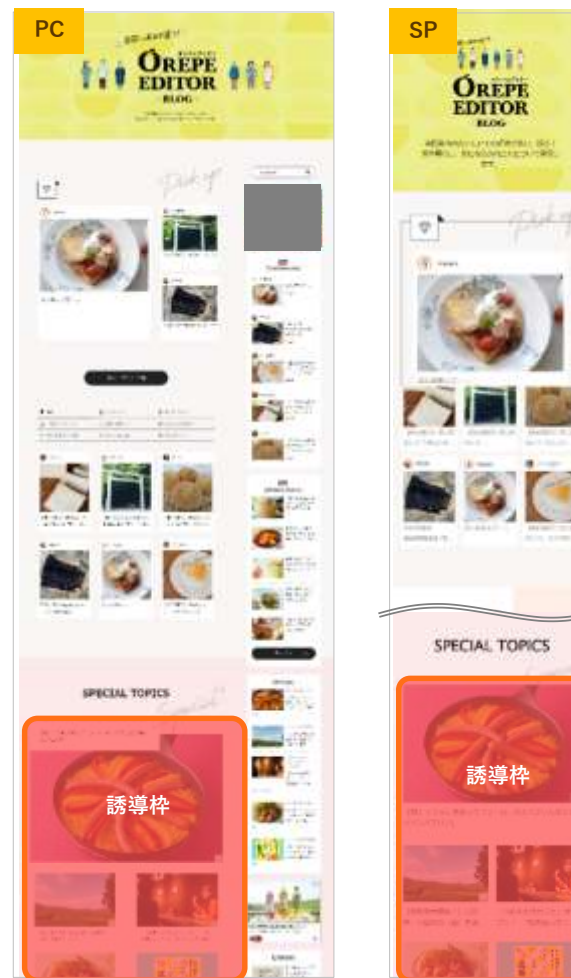
オレンジページnetとの
コラボで
**「おいしいもの好き」
「くらしの目利き」**
にリーチ！



オレンジページnet TOP



TOP以下のページ (ex: オレペエディターブログ)



タイアップページ



メルマガ会員
DM74,000通

誌面タイアップの内容を、『コトラボ料理教室』で実践！
実際に目で、手で、舌で触れることで商材の良さをとことん実感して頂けます。

誌面タイアップ+『コトラボ阿佐ヶ谷』料理教室

『オレンジページCooking』誌面：4C2P
・オレンジページメンバーズへのDM配信：1回（7.4万人）

『コトラボ阿佐ヶ谷』料理教室1日2回転（16名×2回）
・『オレンジページ』netにて募集告知
・参加者アンケート提出（料理教室を体験しての感想等）

※オンラインとのハイブリッドも可能です（別途お見積り）
※インフルエンサーのアサインも可能です（別途お見積り）
※商品の販売も可能です（商材による／別途お見積り）

誌面掲載料・製作費 G200万

コトラボ阿佐ヶ谷料理教室 G160万円

...**新価格**G360万円



『オレンジページCooking』のアンバサダーがクライアント様の商品を一定期間体験し、Instagram投稿。オレンジページCookingアカウントでもリポストします。読者目線の親しみやすい言葉や写真で、クライアント様の商材の良さを伝えます。

誌面タイアップ+ 『オレンジページCookingアンバサダー』投稿

「#Cookingアンバサダー」
で検索！

『オレンジページCooking』誌面：4C2P

Cookingアンバサダーモニター投稿：3～5名(商材によりご相談)

※基本1週間のモニター体験をして感想などを投稿します。

大型商材などで一週間以上モニターをご希望の場合は別途ご相談ください。
アンバサダーのモニター投稿をオレンジページCooking公式アカウントでリポスト：モニター3～5名×1回ずつ

誌面掲載料・製作費G200万

アンバサダーモニター投稿+Cookingアカウントでのリポスト G30万

...**新価格 G230万円**

おいしいもの好き
Cookingアンバサダーだからその、**上品かつ自然**で
愛のあるコメントが魅力！



誌面タイアップで開発したレシピを、オウンドメディアやSNS、販促ツール等で自由にご活用いただけます。

誌面タイアップ+『レシピ買い取り』

『オレンジページCooking』誌面：4C2P

『オレンジページCooking』Instagram投稿：1回
(10.7万フォロワー)

レシピ買い取り:画像+テキスト×3点分

誌面掲載料・製作費 G200万

レシピ買い取り N30万（3点想定）

... **新価格GN230万円**

Cookingならではの
美しいレシピが
自社コンテンツに！



藤井恵さん

家庭で手軽に作れる、味と栄養のバランスを兼ね備えたレシピで多くの支持を集める。自身の子育ての経験を生かした、ママにも子どもにも喜ばれるおかずやお弁当のレシピも多数提案。



上田淳子さん

料理研究家。スイスのホテルのレストラン、ベッカライ、フランスではミシュランの星つきレストラン、シャルキュトリーなどで約3年間、料理人として修業を積む。帰国後、シェフパティシエを経て料理研究家として独立。雑誌やTV、広告などでも活躍中。子どもの食育についての活動も行っている。日本ソムリエ協会公認ワインアドバイザー。



若山曜子さん

東京外国語大学フランス語科卒業後、フランスへ留学。ル・コルドン・ブルー、エコール・フェランディを経て、フランス国家資格(C.A.P)を取得。パリのパティスリーやレストランで経験を積み、帰国後は雑誌や書籍でのレシピ提案、料理教室主宰などで活躍中。経験に基づく大胆な発想と、家庭での作りやすさを兼ね備えたレシピが人気を集めている。



小堀紀代美さん

東京・富ヶ谷にあったカフェ「LIKE LIKE KITCHEN」でオーナー兼料理人を務めたあと、現在は同名の料理教室を主宰。雑誌や単行本、テレビなど各メディアでも活躍中。ハーブやスパイスを使ったセンスあふれるレシピにファンも多い。



ワタナベマキさん

料理家。日々の食事を大事にしたいという思いから、2005年に「サルビア給食室」として料理の活動を始める。作りやすく、毎日食べても飽きのこないレシピが話題を呼び、現在は雑誌や書籍、広告、テレビなどで活躍中。ナチュラルなライフスタイルやファッションにもファンが多く、生活雑貨や洋服のプロデュースも。



近藤幸子さん

仙台の料理学校でアシスタント、講師を務めた後、独立。現在は東京都内で料理教室「おいしい週末」を主宰。娘2人を育てる、日々の生活から生まれた、シンプルでおいしいレシピに定評がある。



榎本美沙さん

会社員を経て調理師学校を卒業し、独立。発酵食品と旬の野菜をこよなく愛し、季節を感じる手しごとや四季の野菜を楽しむレシピを提供している。少量でつくれるみそやぬか床、みりんを使ったお菓子などを提案。公式HP「ふたりごはん」では、夫婦でいっしょに作る季節の手しごとや料理を紹介中。



ごはん同盟

しらいのりこさん、シライジュンイチさんによるユニット。「おかわりは世界を救う」という理念のもと、日夜、ご飯をおいしくいただく方法を研究中。ご飯にまつわるイベントなども多く手掛ける。



オレンジページは、雑誌で培った編集力とコンテンツを生かし
お客さまの課題を解決するサービスをプランニングいたします



広告スペース		料金(Gross)	原稿寸法（縦×横）
表紙4（4色）	1P	1,500,000	246mm×234mm
表紙3（4色）	1P	1,000,000	296mm×234mm
表紙2（4色）	1P	1,200,000	296mm×234mm
本文（4色）	見開き	2,000,000	296mm×468mm
本文（4色）	1P	1,000,000	296mm×234mm
タイアップ [※] 制作費	Net 300,000/P		
申し込み締切日	発売日の60日前(純広の場合)		
原稿締切日	オフライン： 発売日の24日前まで オンライン： 発売日の22日前の16:00まで		

※誌面・WEBタイアップの場合は上記料金に追加して制作費を頂戴いたします。
 詳しくは営業担当までお問合せください。

発売日 2023年 3月20日、6月2日、9月1日、11月17日（年4回 発売予定）

発行部数 65,000部

体裁 A4変形、アジロ綴じ、右開き、オールカラー

定価 定価1,100円 / 本体1,000円（予定）

ページ数 本体116P（予定）