

# オレンジページ

2024年4/17売号(2024年5/2号) 特集予定

毎日できるゆる減塩号		
日本人は塩分とりすぎ?! そこでオレペが考えた毎日コツコツ減塩できるおかずをご紹介します。 手作りたれ、手法(香ばしさが出るテクなども)、小鉢料理など、 「ここが減塩!」とポイントも入れながらわかりやすくご紹介していきます。		
	内容	ページ数
料理特集	小さなことからコツコツと。毎日ゆる減塩	16
生活特集	その健康法、間違ってます。常識のウソホント	7
料理サブ①	魚メニューのレパートリーを広げます。お魚ステーキ、お魚竜田	5
料理サブ②	免疫力アップ効果あり、冷凍バナナシートでお手軽おやつ	4
生活サブ①	お宝の売り方、寄付、処分方法	6
料理サブ③	ヘルシーなのに栄養満点!はんぺん〇変化	5
楽しいかも	新茶を楽しむ	2
TC付録		16
連載 (カラーページ)	●赤羽橋からこんにちは(1P) ●140字レコメンド(1P) ●通販(2P) ●今井ようこさん(2P) ●シヨコラさん(2P) ●菱田屋酒場(2P) ●コスメ(2P)	●連載小説(2P) ●ごはんのかみさま(2P) ●アンケート(1P) ●エンタメ(2P) ●伊藤理佐さん(2P) ●犬猫(1P) ●プラントベースフード連載(1P)
	●ORANG POST(5P) ●角田光代さん(1P) ●からだのキーワード(1P) ●老後の4K(2P)	●美文字(1P) ●鏡リュウジさんの占い(2P) ●便箋(2P) ●年金連載(2P)

進行スケジュール	オフライン・タイアップ校了日	オンライン校了日(16時まで)
	3月26日(火)	3月28日(木)

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](mailto:ad@orangepage.co.jp)

オレンジページ特集予定、広告企画、読者データなど最新情報は、  
オレンジページ コーポレートサイト「広告掲載について」をご覧ください。

<https://www.orangepage.co.jp/ad>