

オレンジページ

2025年5/16売号(2025年6/2号)特集予定

腸活おかず & ラクエクササイズで、夏までにおなかすっきり！号

食べ合わせのコツや、やせるために効果的な腸活レシピを特集。
生活特集は、1日1分でできる背骨しぼりを紹介します。

	内容	ページ数
料理特集①	ぽっこりおなかを凹ませる！ 〈腸活〉でやせ菌アップおかず	16
料理サブ①	ワタナベマキさんの梅仕事	8
料理サブ②	素材のうまみをぎゅっと凝縮 無水カレーに注目！	4
生活特集	動かなくていいんです。 1分背骨しぼりでやせる体に！	6
生活サブ①	みんなの更年期リアルボイス	4
TC付録		16

※内容は予告なく変更する可能性があります。

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)
	4月17日(木)	4月21日(月)

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

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>