

わかりやすく、ためになる！
健康になるためのあらゆる方法が満載の健康総合誌

毎月2日
発売

健康

MEDIA DATA



体験談、実例が豊富で
わかりやすい誌面です。

読者のあらゆるニーズに
応えられるよう、
毎号さまざまな
内容を盛り込んでいます。

身近な食材、
簡単なエクササイズで
実践できる健康法を
紹介しています。



『健康』は数々の健康法やダイエットブーム、
ヒット商品を生み出しています！



健康・美容・ダイエット商品の宣伝・販促活動にご活用下さい！

豊富でわかりやすい体験談



難しい医学情報は一切なし。等身大の体験談を紹介しながら、わかりやすく興味深い内容に仕上がっています。

身近な食材を使った健康法

お金のかかる健康法は避け、台所にある食材、手近にある物を使って、誰もが簡単にできる健康法を紹介しています。



手軽にできるエクササイズ

努力を必要とするエクササイズは長続きしません。10秒ポーズや爪もみなど、空き時間にできて、効果の高いエクササイズを取り上げています。



保存版付録も大好評！

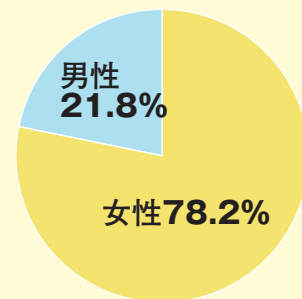


健康の読者はこんな方たちです

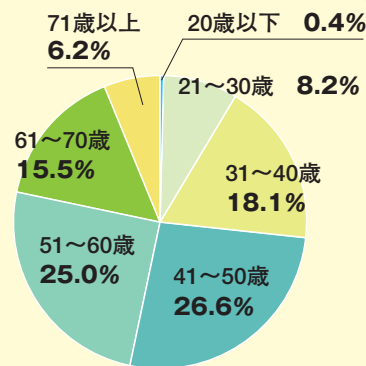
興味のあるテーマ

- 1位 ダイエット
- 2位 腰・膝など関節の痛み
- 3位 目の症状
- 4位 コレステロール
- 5位 便秘・デトックス
- 6位 肌・髪の悩み
- 7位 高血圧
- 8位 めまい、耳鳴り
- 9位 うつ
- 10位 更年期症状

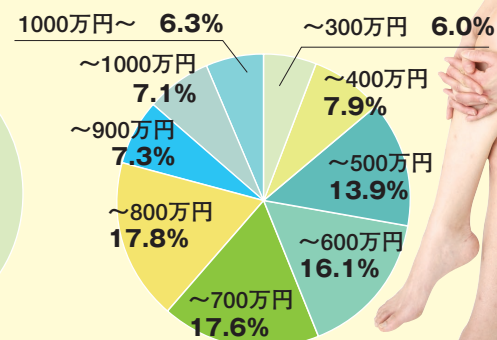
読者の男女比



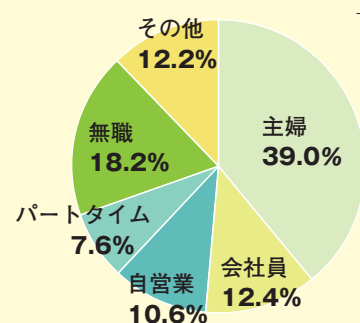
読者の年齢層



世帯収入



読者の職業

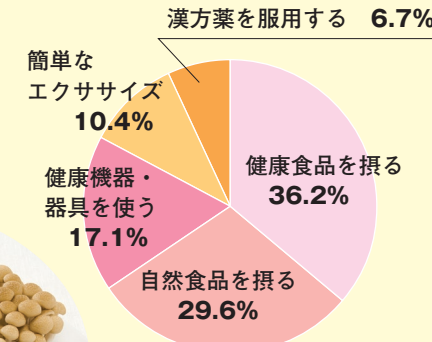


人気の健康食

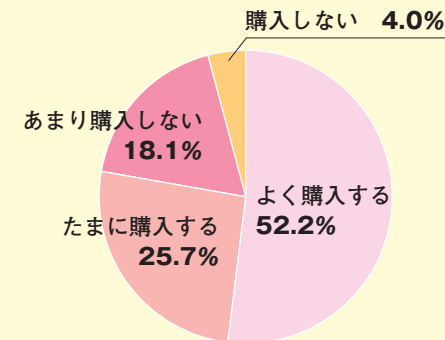
玄米、酢、ゴマ、タマネギ、ニンニク、ヨーグルト、ハチミツ、アシタバ、ゴーヤ、アロエ、しょうが、トマト、納豆、キャベツ、バナナ、酵素、ウコン、コラーゲン、豆類、きのこ、オリーブ、塩、水、海草など

『健康』の読者へのアンケート

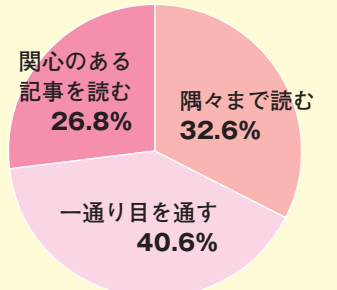
どんな健康法を行っていますか



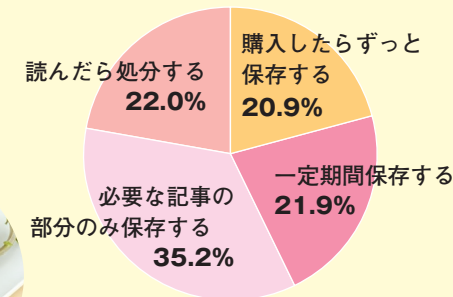
健康食品の購入頻度はどれくらいですか



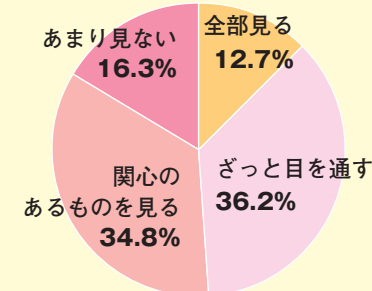
記事熟読率



保存率



広告閲覧率



健康以外で興味のあるテーマは

- 1位 美容
- 2位 占い、ヒーリング
- 3位 レシピ
- 4位 新製品情報
- 5位 病院、クリニック紹介

雑誌『健康』のwebサイトも好評配信中！

健康 ON-LINE

<http://www.webkenko.com/>

『健康』の最新号の情報および過去の特集を掲載。『健康』発の書籍＆ムックの紹介および『健康』のモニター募集、読者プレゼントも実施しています。

雑誌『健康』のケータイサイトも好評配信中！

健康大事典

月刊誌『健康』のオフィシャル携帯サイト。雑誌で話題になった健康管理法、ダイエット法、美容、料理レシピなど、総合ヘルスケア情報を配信。携帯電話ならではのユーザー層へ訴求！



メニューリスト→健康／ビューティー／医学
→健康→健康大事典



メニューリスト→暮らし・健康→健康・医療
→健康大事典



カテゴリ(メニューリスト)→住宅・健康・暮らし→健康・医学→健康大事典

オンナの家庭の医学

ロングセラー『家庭の医学』をはじめ、医学・症状、妊娠・出産・育児、不妊、健康管理、ダイエットなど、実用書籍10冊分のコンテンツを配信。書籍10冊分で合計150万部以上発行の実績、コンテンツ数は約3500項目！



メニューリスト→健康／ビューティー／医学
→医学／病気→オンナの家庭の医学



メニューリスト→暮らし・健康→健康・医療
→オンナの家庭の医学



カテゴリ(メニューリスト)→住宅・健康・暮らし→健康・医学→オンナの家庭の医学

一部有料・月額 315 円(税込)
非会員向け無料メニューも充実

『健康』 広告掲載料金

スペース	定価(万円)	サイズ(cm)	原稿締切
表 4	120.0	25.4×19.9	発売日の40日前
表 2	95.0	27.0×20.9	発売日の40日前
表 3	90.0	27.0×20.9	発売日の40日前
目次対向	90.0	27.0×20.9	発売日の40日前
中面トップ	90.0	27.0×20.9	発売日の40日前
4C1P	90.0	27.0×20.9	発売日の40日前
★ 4C 縦 1/3P	40.0	23.0×5.5	発売日の50日前
1C1P	45.0	27.0×20.9	発売日の40日前
★ 1C 横 1/2P	30.0	11.0×17.8	発売日の50日前
★ 1C 縦 1/3P	25.0	23.0×5.5	発売日の50日前
★ 1C 横 1/4P	18.0	5.0×17.8	発売日の50日前
★角雑報	9.0	5.0×5.0	発売日の50日前
ハガキ	110.0	*	発売日の50日前

*ハガキの寸法：天地15.0cm×左右10.0cm、とじしろ2.0cmをお願いします。

●タイアップ制作費 4C1P＝25万円、1C1P＝20万円にてお願いします。

●★印の原稿については、必ず「粹付き」でご入稿下さい。

※原稿は完全データをお願いします。

※掲載場所の指定はお受けできません。

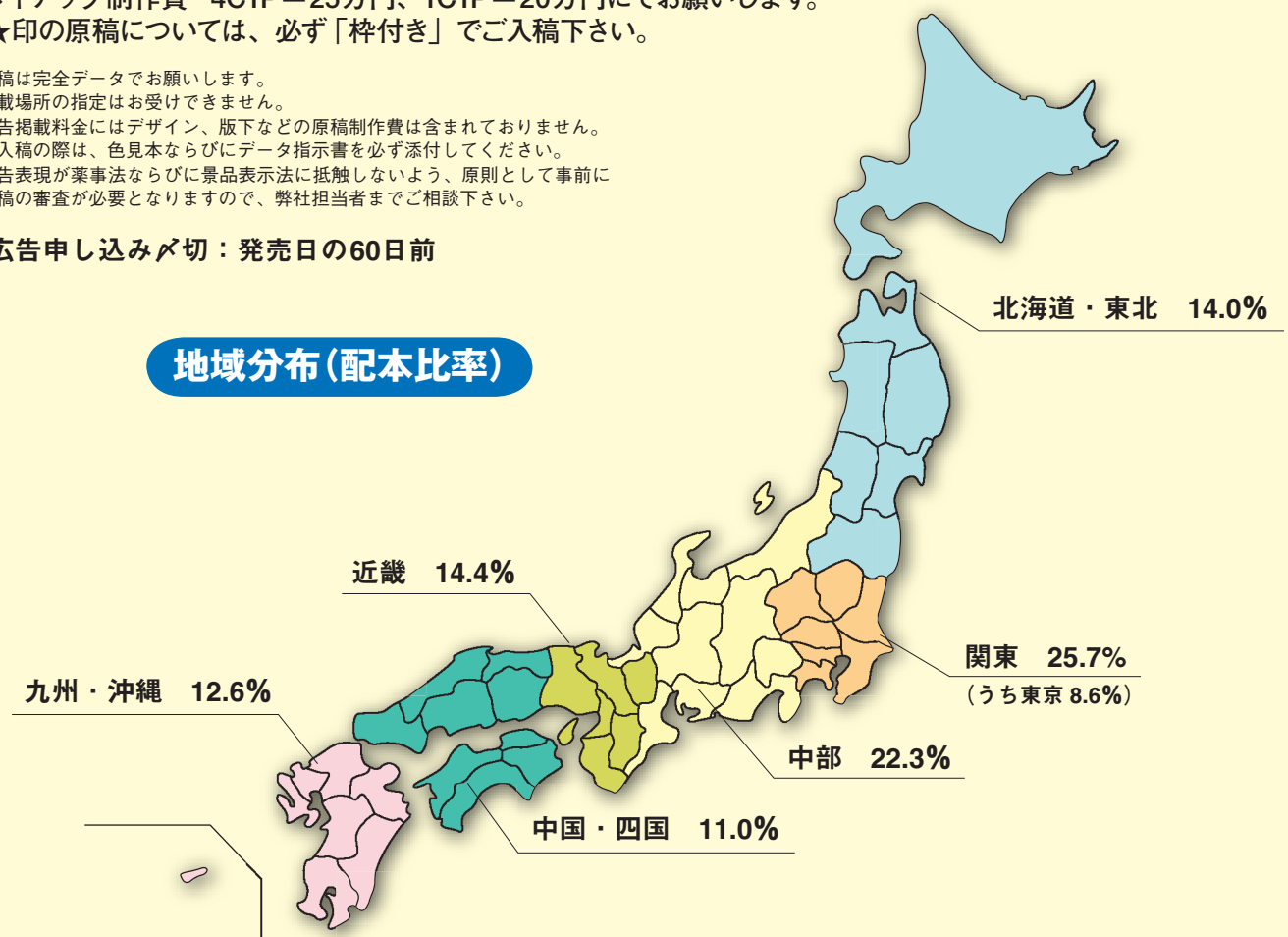
※広告掲載料金にはデザイン、版下などの原稿制作費は含まれておりません。

※ご入稿の際は、色見本ならびにデータ指示書を必ず添付してください。

※広告表現が薬事法ならびに景品表示法に抵触しないよう、原則として事前に原稿の審査が必要となりますので、弊社担当者までご相談下さい。

■広告申し込み〆切：発売日の60日前

地域分布(配本比率)



●創刊／1976年9月 ●体裁／A4変型判・無線とじ ●発行形態／月刊誌・毎月2日発売

広告のお問い合わせ先

株式会社 主婦の友インフォス情報社 営業部

〒101-0064 東京都千代田区猿樂町1-2-1 新日貿ビル4F

TEL：03-3294-3136 FAX：03-3295-1512 <http://www.st-infos.co.jp/>