

いま知りたい、**更年期の4W1H** 特集号

ちいき新聞

202X年X月XX日号

VOL.0000 発行部数00,000部
総発行部数0,000,000部 全00版
 毎週水・木・金曜日配布
 購読料無料 / ポスティング

一面 イメージ

あなたの新しいスタート

一緒に話そう 更年期

小見出し小見出し
見出し小見出し

小見出し小見出し
見出し小見出し

Project

5歳違いの個性豊かな3人(野宮真貴／松本孝美／渡辺満里奈)による「美しく・健やか・幸せ」になるためのプロジェクト。合言葉は「50代からの人生を楽しもう!」。『週刊文春WOMAN』にて『大人の女史会』によこそ。好評連載中

Profile

わたなべ まりな
渡辺 満里奈
1970年東京都生まれ。タレント。86年、おニャン子クラブでデビュー。翌年の解散後も歌手・タレントとして活躍。2児の母。

インタビュー
全文は
チイコミで!

※掲載される記事は予告なく変更になる場合がございます。あらかじめご了承ください

Contents

ホルモンバランスを整える食生活や運動、心のケアなどをビジュアルを用いて紹介します。

5/12金

5/17(水)