5/26号は

いま知りたい 更年期の4W1H 特集号

一面イメージ

私とあなたの真ん中に

ちいき新聞

@chiikishinbun @chiikinews_edit… …inbun/

202X年X月XX日号

○○○○版

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

ちいき新聞へのお問い合わせは　0120-000-000　※音声ガイダンスに従ってご用件をお話しください　受付／平日10:00～18:00　※土日祝日は休み　xxxxxxx@chiikinews.co.jp

Profile

渡辺（わたなべ） 満里奈（まりな）

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。

こわがらず 恥ずかしがらず ポジティブに

一緒に話そう 更年期

いつかやってくる更年期。知っておけばこわくない、一緒に話せば恥ずかしくない。「楽しく乗り越えよう」と呼びかける、タレントの渡辺満里奈さんにお話を伺いました。

小見出し小見出し小見出し小見出し小

小見出し小見出し小見出し小見出し

インタビュー全文はチイコミで!

Project

「大人の女史会」とは…

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』にようこそ。」好評連載中

読者注目度の高い医療・健康系の話題の中で、近年著名人などが実体験を発信し関心が高まっているのが「更年期障害」です。女性特有の悩みと思いがちですが、男性にも起こることも知られてきました。ちいき新聞の読者層には、まさに該当世代、この先迎える可能性もある２０～３０代、そして乗り越えてきた先輩世代もいます。

更年期障害とはどういうものなのか、なぜ・どんな人に起こるのか、その治療法や緩和対策などを紹介することで、自分自身と周囲の人の理解を深め、その時が来ても怖がらず、一人で悩まず、前向きに過ごすお手伝いができればと企画しました。

※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

記事①

更年期障害の4Wを学ぼう

医師（専門家）による更年期障害の4W（いつ・だれが・なぜ・なにが※原因・症状・治療方法など）、男性の更年期障害も含めて解説します。

一面記事

一緒に話そう更年期

更年期特有の悩みについて発信している著名人に更年期障害の4W1Hをインタビュー。

記事②

更年期を健やかに過ごすためのHOW　TO

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。

お申込締切　5/12金

原稿完成締切　5/17水

枠数には限りがあります。お申し込みはお早めに。

私とあなたの真ん中に Chiiki

(株)地域新聞社 船橋支社

〒273-0137　千葉県鎌ケ谷市道野辺本町2-6-5

☎047-441-3151　FAX.047-441-3152

http://www.chiikinews.co.jp