

毎日が発見

2022年3月28日号（4月号）



人には相談し辛いお悩みに…
尿トラブル予防特集
連動企画のご案内



尿もれ予防特集

2022年3月28日発行号（4月号）の毎日が発見本誌では、**尿もれ予防特集**を実施。骨盤底筋体操など、数多くの尿トラブル解決方を紹介し、2021年9月には書籍も刊行。シニア女性に多い、人には相談しにくい悩みに寄り添った、実践的な内容をご紹介します。

毎日で発見 4月号 2022年3月28日発行

5冊 **200円** **1冊**

【尿もれを減らす体体操とは？】
骨盤底筋を鍛えることで、尿もれを防ぐ効果が期待できます。本誌では、骨盤底筋の位置や働き、鍛え方について詳しく解説しています。

【尿もれを減らす食事とは？】
尿もれを防ぐためには、水分の摂り方や塩分の摂り方に注意が必要です。本誌では、尿もれを防ぐための食事法について詳しく解説しています。

【尿もれを減らす生活とは？】
尿もれを防ぐためには、生活習慣の見直しも大切です。本誌では、尿もれを防ぐための生活習慣について詳しく解説しています。

尿の悩みの解決法

Part 0 医師のアドバイス編

こんな症状がある人は要注意です

1 骨盤底筋体操

「骨盤底筋」の位置を確かめておきましょう

覚えておきたい5つのこと

【似た姿勢で行う】

1 仰向けに寝て膝を曲げ、両足を広げ、両手を膝の上に置き、ゆっくりと息を吐きながら、骨盤底筋を鍛えます。

2 仰向けに寝て膝を曲げ、両足を広げ、両手を膝の上に置き、ゆっくりと息を吐きながら、骨盤底筋を鍛えます。

尿トラブル予防特集 隣接2Pタイアップ+Web転載

タイアップは人気特集の隣接で展開し、サービスや商材を、特集の隣接にてお約束。

毎日が発見の通販でも売れ行きが好調な失禁対策ガードルなどの下着はもちろん、吸水ケア商品、漢方や健康食品などの商材と親和性の高い企画です。

実施料金：G180万円
申込締切：2022年1月14日（金）

（ご参考）過去の特集ページ

毎日が発見



人には相談し辛いお悩みに…
尿トラブル予防特集
連動企画のご案内

2022年3月28日号 (4月号)

【オプションメニュー】 毎日が発見ネット：ブロガータイアップ

実施金額：+G30万円 (4週間掲載保証/5,000PV想定) ※本誌発行日と同日の掲載開始想定



本誌読者より少し若い、4、50代の女性がメインのWeb媒体、「毎日が発見ネット」の人気メニュー。本誌タイアップと同時お申込みの場合、ブロガーによる「試してみた！」形式の記事へグレードアップする事が可能です！ユーザとの同じ目線で表現するため、しっかりと商材・サービスの理解を深められます。

※内容については、広告規定の範囲内にとどめさせていただきます。
※商材によってはブロガー起用が難しい場合がございますので、事前に可否確認をお願いします。

【タブロイド企画】 都内23区に10万部を展開！

実施金額：+G100万円 (10万部/23区内に配布)

より多くのシニアにリーチする施策として、
新聞折込みタブロイド企画へもランクアップ頂けます！

本誌での**4Pタイアップ**の露出ボリュームに加え、**タブロイド**を配布することで、本誌読者だけでなく、都内23区の新新聞購読者に、直接リーチすることが可能です。

※別途、新聞社による商材可否がございます。ご提案前にご相談ください。



【事例】2021年1月実施 (大正製薬さま)