

もっと自信を持つために 今年“美と知の蓄え”を！

## 2020年版 自分磨きの教科書

### 大特集

付録(増刊のみ)

ふくらはぎシェイパー

- ◆Part1. 学び続ける人だけが、輝き続けるから  
27歳が今、磨くべき力 (4P)
- ◆Part2. 人気スタイリストに学ぶ  
服選びの新基準 (6P)
- ◆Part3. なりたい自分のイメージで選ぶ  
春のキレイ色着こなしLESSON (6P)
- ◆Part4. 人生は学びの連続！  
ゆいぽんの毎日ブラッシュアップな着まわし30days (10P)
- ◆Part5. きれいになるために必要なのは魔法ではなく知。  
5年後に後悔しないためのBEAUTIYテキスト (8P) …etc

### FASHION

- ◆コートの中からひとあしお先に春気分  
「進化系セットアップ」で新しいわたし！ (6P)
- ◆おしゃれな人は足元からチェンジ！  
春、買うべき3足の靴 (6P)

### お仕事with

#### 乃木坂OLプロジェクトSpecial

- コーデに悩む無駄時間を劇的に短縮  
元OLスタイリスト水野さんと考える 通勤服=制服化宣言！ (8P)

### BEAUTY

- ◆こんなに詳しいのは史上初！  
今さら聞けない カラーシャドウパレット虎の巻 (6P)
- ◆美人ばいって結局小顔じゃん！  
コガオ the おだざり♡ 爆笑・必勝・BEAUTY SHOW (6P)

### 読み物

- ◆学生時代とは人間関係が変わってきた  
大人の友達&人脈ってどこで作るの？ (4P)
- ◆with girls100人に聞いた！  
OLおけいごと事情2020 (2P)

※上記内容は予定です。  
人物、内容、ページ数等は変更の可能性があります。

### 連載

山崎育三郎さん新連載  
神崎恵『もう、メイク落としてもいいですか？』  
AAA宇野実彩子×ヘアメイクpaku☆chan  
『25歳からの「可愛い×キレイ」メイク』  
宮田聡子×樋口かほり『オトナの名品』

### Schedule

タイアップ申込締切:2019年11月18日(月)  
純広告申込締切:2019年12月18日(水)  
校了日:2020年1月7日(火)