

友の会の
みなさま

婦人之友社の雑誌・定期購読の 新しい特典がスタートします！

定期購読を
これから始める方に
ご紹介ください！

定期購読をおすすめする理由

さらに 2024 秋 /

POINT ①

送料無料で
自宅に届く

*一部、対象外の
コースあり

POINT ②

割引価格で
お得！

POINT ③

贈り物に
喜ばれる



定期購読
会員特典
スタート！

オンライン講座をお得に、または無料で！

定期購読
会員特典

講座割引

家計簿 120 周年企画 f-tomo オンライン講座

「もっと知りたい お金のこと 家計のこと」

10 月発売の『婦人之友』に登場する識者や、人気の講師たちによる連続講座。初心者に分かりやすく、そして上級者にとっても、お金とより向き合うことで、暮らしを豊かにする内容です。

豪華な
講師陣！

井田典子さん（整理収納アドバイザー）
井手英策さん（慶應義塾大学教授）
畠中雅子さん（ファイナンシャルプランナー）
山崎美津江さん（家事アドバイザー）



4 回コース（各 90 分） 通常価格 12,000 円 → 割引価格 **9,000 円**

無料講座

毎日続けたいセティさんの 椅子ヨガ講座



7月31日発売
「毎日が、ヨガ」
ほかDVDも好評発売中

たとえば毎朝、この動画で一日をスタートしませんか？ 新刊を発売した秀子セティさんの約 15 分のヨガ動画は、誰でもできる簡単なポーズ。元気に続けられます！

9月1日(日)
動画配信予定！

予告・無料講座

家計簿 120 周年企画
f-tomo オンライン講座 無料動画

上記の 4 回コースの 1 回分・井田典子さんの「お金と向き合い、毎日を軽やかに」が、10 月中旬に定期購読者のための無料講座に登場！

婦人之友社