

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** <sup>🔥</sup>

### 無料講座

毎日続けたいセティさんの **椅子ヨガ講座**



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！

7月31日発売  
「毎日が、ヨガ」  
ほか DVD も好評発売中

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