

**MONOQLOを
お読みになる前に**
本誌にて掲載されている
製品の価格は、特別な表
記がない限り、すべて編
集部調べによる販売実勢
価格となります。店舗や
ポイントの有無などによ
り大幅に変わりますので、
予めご了承ください

7月号



巻頭特集 ■ 最強エンタメグッズで巣ごもりを楽しむ!

6 おうち 目線の 格安タブレット 活用術15

格安タブレット／テレビ視聴／遠隔操作／マイシアター化／最強コントローラー／
データ移動／ゴロ寝スタンド／お風呂視聴／写真プリンター／DVD視聴／充電問題解消

第1特集 ■ 自粛疲れ、暇すぎ、目につく汚れ……家の悩みを解決！

16 おうち
ごもり
BEST ANSWER
2020

20 Part1
ストレス解消

ストレス解消グッズ／在宅勤務グッズ／お取り寄せグルメ／
おうちパーティー／室内テント＆ベランダ日光浴／
お風呂快適グッズ／快眠グッズ

34 Part2 暇つぶし

Zoom飲み／ボードゲーム／ギターデビュー／
英語アプリ／防水テレビ／漫画レンタル／
自宅カラオケ／ラジオLIFE／傑作マンガ

44 Part3
ラク家事

ほったらかし家電／バズりおやつ／
冷凍おかず／10分レンジごはん／
食器洗い&ゴミ捨て時短グッズ／時短掃除

54 Part4 整理整頓

収納グッズ／旨いレトルト・冷凍食品／
防災グッズ

60 Part5
掃除

カンタン洗濯／手抜き大掃除グッズ



99 連載コラム
MONOQLO
FREE Wi-Fi
土屋 央央「家族への
物欲プレゼン」／山本
一朗「ベストセラー切り
捨て御免!」／坂口孝則
「空想ビジネスコンサル
」／岡野学「ウチの
オカンがボケちゃいまし
て」／カレー沢薫「カレ
ー沢薫の雑誌批評」／
三四郎・相田の「三四
郎、はじめてのひとり暮
らし」
105 コトハジメ
108 そんなモノ検証して
どーするの?
110 売れ筋
ランキングレビュー
114 バックナンバー・
定期購読のご案内
140 モノコレ
142 読者プレゼント
146 奥付&次号予告

表紙デザイン◎
Saori Shimada / primary inc.,

第2特集 ■ 脱・自粛太り! 運動嫌いでもすぐにマネできる!

70 自宅ジム化 完全ガイド

PART1 有酸素運動編／無酸素運動編

PART2 超効率的ダイエット&疲労回復メニュー

column 筋トレアプリ比較／最強のSIX PACKメソッド



小特集 ■ 【型紙付き!】一番作りやすく使いやすい、ベストな「マスクの作り方」大公開!

90 自作マスク 完全ガイド

STEP1 生地

STEP2 耳ひも

STEP3 スキマ

STEP4 型紙

STEP5 結論



第3特集 ■ 加入者急増中! Netflixが予算をたっぷりかけて作ったガチ作品が凄い!

116 Netflixオリジナル ドラマ・映画 BESTランキング50

画像: Netflixオリジナルシリーズ「ストレンジャー・シングス 未知の世界」シーズン1〜3独占配信中、Netflixオリジナルシリーズ「フラーハウス」シーズン1〜5独占配信中、Netflixオリジナルシリーズ「ドラキュラ伯爵」独占配信中



小特集 ■ 万一の時の備えの生命保険!

130 TEST the Ranking 収入保障保険10選

小特集 ■ 「働けない」をフォローする!

134 TEST the Ranking 就業不能保険 単品&特約タイプ11選



【連載】

66 冷凍から揚げ 20製品食べ比べ
Food Hack

86 意外と知らない!? ユニクロ&GUのスポーツ着をチェック!
MBのファッション誌はいりません。

88 ハイロック的「おうちごもりハック」との遭遇
ハイロックの未知との遭遇

98 特殊タイヤで縦横無尽なラジコンカー
(大谷和利の)リアルグッドデザイン賞

115 シンプルな「Qi対応時計」がスマートだった!
美崎栄一郎のスマートホーム計画

138 「コンパクトジュース」で本当に手間なくジュースが作れる?
Amazon5つ星探検隊