

はじめにお読みください

この本は一部弊社刊行のムック並びに月刊誌「LDK」「LDK the Beauty」を加筆・再編集しています。掲載商品に関しては、基本的に編集部の購入時の価格（税込）となります。また掲載内容や商品の評価などは、ムック発売当時のものも含まれます。すでに販売が終了している商品や仕様、デザイン、価格、各種情報が異なる場合がございます。あらかじめご了承ください。また、本誌は投資や貯蓄などによる利益を保障するものではありません。すべての判断はあくまでも自己責任にてお願いいたします。



暮らしのアイデア *the* Best

contents

Part
1

収納

のベストアイデア

プロも実践しているとおきの収納ワザ 8

リビング／キッチン／寝室／デスク／洗面所／トイレ／玄関



P6

Part
2

お掃除＆お洗濯

のベストアイデア

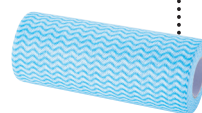
掃除＆洗濯ワザベストランキング

掃除編 26

洗濯編 36

掃除編 26 洗濯編 36

手指消毒剤の真実 34 洗濯槽お掃除の真実 40



P24

Part
3

カルディ＆コストコ

のベストアイデア

編集部が選んだ！コストコ＆カルディベストランキング

コストコ編 44

カルディ編 50



P42

Part
4

無印・IKEA・ニトリ

で叶う
部屋づくり

のベストアイデア

人気収納インスタグラマーの超リアル収納テク

能登屋英里さん 58

akaneさん 64

saori・612さん 68

yukaさん 72

Part
5

冷凍保存

のベストアイデア

読者が選んだ！魔法の冷凍術ランキング

きのこ、しじみ、たらこ・明太子、しらす、じゃこ、たまご、いか、ひき肉 etc.

コラム

それ、栄養逃げてます！栄養のお得技25 94



P76



Part 10

貯蓄

のベストアイディア

P148

世界一かんたんなお金のやるべきこと
家計簿アプリ 150 ニュー電力会社 152 VOD (ビデオオンデマンド) 154
災害の保険 156 じぶん年金 (iDeCo) 158 つみたてNISA 160



Part 8&9

老けない美肌 & カラダ

のベストアイディア

P130

顔編

乾燥肌 132 毛穴目立ち 134

紫外線対策 136 洗顔 & クレンジング 138

カラダ編

手・爪の不調 140 胸・胴のトラブル 142

おしり・太もものたるみ 144 足・ひざの悩み 140



Part 7

作りおき

のベストアイディア

P116

豚肉編 118 鶏肉編 120 牛肉編 122
魚編 124 シーフード編 126 野菜編 128



Part 6

プチプラコスメ

のベストアイディア

P98

プロと編集部が選んだ! 大人のプチプラコスメ好き大賞
コンシーラー、アイブ로우、アイライナー、リップティント、アイシャドウ etc.

