



## CONTENTS

8 着こなし上手なOVER60歳たち9名に伺いました  
前向きな気持ちしてくれたのは  
「おしゃれ」でした

## 12 PART. 1

コロナ禍でも気分を上向きに  
**私を前向きにする！**  
**OVER60歳からの**  
**素敵おしゃれサンプル**

- 14 長塚範子さん Age.80
- 20 久保まゆみさん Age.59
- 28 山内礼子さん Age.73
- 32 伊藤八江子さん Age.63
- 38 宇佐見紀子さん Age.60
- 48 福士章子さん Age.63
- 52 斎藤智子さん Age.61
- 54 重松久恵さん Age.66
- 60 岸本真奈美さん Age.59



- 26 ファッションデザイナー 横森美奈子さん直伝  
時間を有効に使って、もっとおしゃれに!  
今こそ「おしゃれの自主トレ」で  
レベルアップを目指しましょう!
- 44 人気書店のブックコンシェルジュが選んだ  
おしゃれのヒントが見つかる本
- 62 心当たりがあったらすぐに卒業して!  
60歳からの「やめるべきおしゃれ」川柳

## 64 PART. 2

**60歳からでも遅くない!  
明日の老けない肌のつくり方。**

- 66 老けない肌を育てる新習慣  
70 老けない肌のためのベストアイテム  
74 若々しい目元を取り戻すメイクレッスン

## 76 PART. 3

**テストして見つけた!  
大人の美髪名品図鑑**

シャンプー＆コンディショナー / ヘアマスク / 頭皮ケアグッズ /  
スタイリング剤 / ドライヤー・ヘアケア製品