



131 特別企画●おいしいトコだけムックシリーズ第2弾  
プロが教えるかんたん外ごはん裏技レシピ  
**バーベキュー&キャンプめし&  
山ごはん お得技®ベストセレクション**

Contents



68 第2特集●値上がり時代でも買いたいものがたくさんありました!

今こそ行かない?  
**コストコ  
大調査隊2025**

84 老けない選び方・使い方教えます  
**えごま油 米油 オリーブオイル**  
**体にイイオイルの便利帖**

96 第3特集●みるみる時間が生まれてく!  
暮らしに余裕ができる  
**即マネ! 時間術30**

110 毎日飲んでも飽きないものを探しました!  
**トマトジュース 45製品実飲テスト**

[連載コーナー]

- |                                     |              |
|-------------------------------------|--------------|
| 82 トレーナー深井の<br>甘ロスボラストレッチ部          | 118 良品百貨     |
| 92 LDK推し調査隊<br>Vol.6 Hi-Fi Unicorn  | 122 LDK cafe |
| 94 新商品さきどりウォッチャー                    | 126 読者プレゼント  |
| 116 第46回 奈良県の逸品 菅原佳己<br>ご当地スーパー探検隊! | 130 奥付&次号予告  |

[連載コミックエッセイ] LDK comics  
120 LDKって本当にテストしてるんですか? / 漫画 寺崎愛

※本誌で掲載されている商品価格は特別な表記がない限り、すべて編集部での購入時の  
価格となり、実勢価格ではありません。

cover design/  
Yukihiro Yamada (primary inc..)

巻頭特集●ガンコな汚れも気になるニオイもまるっと解決できる1本を見つけます 06  
**洗濯洗剤最新ベスト決定戦**

総力特集●今さら誰にも聞けない、大人のためのキホンをおさらい! 16

**美容迷子さん  
救済バイブル**

なんだか悩みが増えてきた……毎日のお手入れ、これでいいんだよね!? 20  
**スキンケア迷子救済プラン**

[Special Column①]  
シミ・シワ・たるみ 予防になるのはわかってるけど…… 34  
**UVケアって結局どうしたらいいの?**

つっぱらないのにしっかりオフ! 40  
**クレンジングタイプ別ランキング**

キレイを諦めずに昔のままのメイクからアップデートしよ! 48  
**脱・老け見えを叶える  
プチプラコスメ**

[Special Column②]  
たるみ、クマ、シミは医療の力で解決できるのか、実体験を披露! 64  
**本当にあった!! 美容整形&美容医療(秘)話**

