

64 第2特集●あつたらうれしいひと工夫がスキュンとささる♡

# 毎日の料理を助ける! 地味にスゴイ! キッチン雑貨

80 食器洗いをラクしたいけれど使いやすさも大事!  
後付けできる**小型食洗機**のススメ

94 銀行預金に住宅ローンなどLDK世代に関係大アリ!  
暮らしにまつわる**金利のハナシ**。

100 低価格なのに心地よい生活に♪  
プチプラで叶える  
**映える! インテリア**

108 第3特集●おいしい市販品に頼ってラクしちやお!  
**お弁当のおかず  
辛口ジャッジ**

120 そのまま飲んでも料理に使ってもイイ!  
生乳・アーモンドミルク・オーツミルク **ミルク47製品実食テスト**

### [連載コーナー]

- |                                |                                 |             |
|--------------------------------|---------------------------------|-------------|
| 22 エイジレスの世界 vol.4 クルームファンデーション | 92 新商品さきどりウォッチャー                | 134 読者プレゼント |
| 88 トレーナー深井の甘口ポラストレッチ部          | 126 第9回 岐阜県の逸品 菅原佳己 ご当地スーパー探検隊! | 136 奥付&次号予告 |
| 90 LDK推し調査隊 Report.17 森崎ワイン    | 128 良品百貨                        |             |
|                                | 132 LDK cafe                    |             |

### [連載コミックエッセイ] LDK comics

130 LDKって本当にテストしてるんですか? 追っかけLDK/漫画 寺崎愛

※本誌で掲載されている商品価格は特別表記がない限り、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。

総力特集●お金をかけずにキレイが叶う! 06

# おうち美容 the BEST

**スキンケア Part1** 08

重要なのはまず化粧水でしっかりうるおすこと! 大容量タイプなら家族で使えてコスパよし/乳液・クリームでかさかさな肌から卒業/肌荒れの原因になるメイク残りはクレンジングでスッキリオフして!

**ヘアケア Part2** 26

シャンプー前の予洗いで汚れの7割を落とす!/アウトバストリートメントは内側→外側の順番に/速乾ドライヤーで熱&摩擦ダメージ減/スタイリングオイルで作るツヤ髪あか抜けヘア

**ボディ Part3** 36

締まりのない老け見えボディのがっかり要因はまず姿勢!/2000円以下でほっそり脚を目指すお得なローティーン発見/春夏も油断せず腹巻き&お灸を仕込んで隠れ冷え性を回避して痩せやすく!

**ファッション Part4** 44

長め丈と程よいゆとりのトップスでお腹まわりをカバー!/下半身のボリューム対策は濃いめカラーなら去年のTシャツでもスッキリ見え/大人のシンプル地味コーデはアクセサリと差し色で格上げ

[Special Column]

クリニックで取る! シールで隠す! **できちゃったシミ緊急対策室** 20

顔以外のカサカサをレスキュー! 42

**しっとりボディになるアイテム&テク10選**

「ほらあの俳優さん……」「月曜のご飯なんだから……?」いつの間にか脳も衰えていませんか? 50

**早口ことば・遅口ことば**

化粧水・乳液・美容液etc.がコレ1つで完結! 56

## オールインワンジェルで ラクラクスキンケア♡

Contents



**LDK**  
Living Dining Kitchen  
May



cover design/  
Aiko Kaminaga (primary inc.)



**LDK**  
Living Dining Kitchen  
May

