



60 第2特集●失敗しないお宝アイテムを探します!

本当に使える 100均 即買いグッズ調査隊

76 おうちでおいしいコーヒーを楽しみたい!

はじめてのコーヒーメーカー

100 第3特集●クッションファンデ、下地、コンシーラー、チーク

大人のベースメイクの大正解!

112 スッキリ落ちる 洗ったあともツツパらない 大人肌のケアも!

オイル ジェル クリーム クレンジング 20製品 test!

118 手軽に飲めて後味スッキリ!

ペットボトル茶49製品 実飲テスト

[連載コーナー]

- | | | |
|---|-------------------------------------|--------------|
| 84 トレーナー深井の
甘ロスボラストレッチ部 | 94 LDeepK
第7回 お弁当箱 | 126 良品百貨 |
| 86 LDK推し調査隊
Report.18 Faulieu.(フォーリュウ) | 96 一緒に暮らしたい
キッチン家電探し | 130 LDK cafe |
| 88 新商品さざきどりウォッチャー | 124 第10回 埼玉県の逸品 菅原佳己
ご当地スーパー探検隊! | 132 読者プレゼント |
| 90 エイジレスの世界
vol.5 黒マスクア | | 138 奥付&次号予告 |

[連載コミックエッセイ] LDK comics

128 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。

巻頭特集●コスバよく汚れもニオイもスッキリ落とせるのは? 06
ラク落ち 洗濯洗剤最新ベスト決定戦

効率的な 休み方バイブル

総力特集●徹底テストでわかった 16
ガチで 疲れが取れる!



人生が変わる 徹底テストとプロのアイデアで導き出した!
PART 1 20 最高の睡眠術23

PART 2 32 疲労回復お助けアイテム大調査

PART 3 44 朝昼夜のながら運動ルーティン

心と体が PART 4 50 休まるごちそうスープ

[Special Column] 家事も仕事も休めるようになる
脳をいたわるちょこっと習慣10 42

