

春の花にときめく旅

ゆうゆう

春の特大号

50代から「私」が主役!

4 2023 APRIL

表紙の人

大竹しのぶさん

この人に聞きたい

岸谷五朗さん

特集

ひとりでも 大丈夫!

上機嫌で生きるヒント

ひとり上手対談 うつみ宮土理さん × 吉永みち子さん

山内恵介さん
連載最終回!



とじ込み付録

おりがみで 楽しく脳活



病と 向き合って 生きる

堀ちえみさん、山本譲二さん

優秀プチプラ コスメで春メイク

冬のコート を脱いだら 何を着る?

春野菜 たっぷり作りおき

もっと便利に! スマホの 使いこなし

前向きチャレンジを
応援します!

ゆうゆう 挑戦大賞 募集