

〈スペシャルグラビア〉山田裕貴／北村匠海／中川大志

# 婦人公論

Fujinkoron

№1544 650yen 2020

6/23

〈特集〉親が元気なうちも、亡きあとも  
うまくいづく！  
実家の片づけ

父の蔵書1万冊  
食道楽の器も処分して  
**檀ふみ**

老親が安全に  
スッキリ暮らすための  
「片づけ」&「言葉がけ」

空き家は売却する？  
それとも賃貸に？

〈ルポ〉  
わがままな親に疲れ果てて  
女手ひとつで育ててくれた  
母と僕の原点だから  
**見栄晴**

スマホ疲れを  
感じたら

スマホ依存度チェック／  
ネット断食のすすめ／  
「スマホ首」を治す簡単ストレッチ

誹謗中傷されても  
「いいね」する理由

**misono**

本当に大事にしたいものは  
**さだまさし**

撮影中断で  
落ち込んだ日々を越えて  
鈴木保奈美



**30696**



**湯メイク**

「あ〜疲れちゃったわ。温泉に浸かり癒された〜い〜」  
「湯メイク」は24時間、湯水を循環・ろ過し、好きな温度にキープ。我が家のお風呂がまるで「入りたいときに入れる」温泉のように1本体内の抗菌剤で腐敗を抑制するので、お湯交換が最長で7日に1度。掃除の手間も省けます。しかも電気代は1時間約0.5円(エコモード)と超ローコスト。全身ゆったりと浸かって日頃の疲れを癒しましょう。バス保温クリーナー「湯メイク」49,800円(税別・送料込)

クマガイ電工 株式会社  
TEL.0120-262-850 (フロンハコレ)  
大阪府八尾市西久宝寺190番地の1  
http://www.kumagai-dk.jp/

QRコード

工事不要 湯水を清潔に循環・浄化機能付き

**30599**



**アクアシードプラスワン**

希望小売価格  
9,800円  
(税込・送料込)

**株式会社 Premica JAPAN**  
TEL.03-6456-4424  
東京都港区高輪3-25-27 アベニュー高輪802号  
http://premica.jp/

QRコード

毎日の健康と美容のお供に!  
健康や美容についてのお悩みをお持ちの皆様。手軽にいつでもケイ素・水素水が作れるセラミックが登場です。使い方は簡単!水道水に入れるだけで美容・健康のお供に大変身。化粧水やフェイスマスクとしてもお薦めです。

**36610**



マスクの着用による肌への負担を軽減する「シリクマスク」

人と肌に優しい  
**シリクマスク**

天然素材にこだわった商品をお届けする「kasaneLab」。肌にあたる部分をシルクで編み上げた、洗って使えるシリクマスクです。立体編みなので、鼻の形にフィットし、縫い目がないので快適な着け心地に。

縫い目のないシリクマスク  
1枚1,900円(税込)

kasane Lab  
TEL.0745-55-1231  
奈良県北葛城郡広陵町定宿6丁目1番地

カサネラボ

QRコード

**36621**



直接触らないから安心・清潔  
**「マルチタッチツール」**

不特定多数の人が触るボタンやドアレバー等を直接触らず衛生的に操作するためのツールです。表面にウイルスが付着しても、鋼の持つ超抗ウイルス機能でウイルスを不活性化します。

1,800円  
(税込・送料別)

桂記章 株式会社  
TEL.076-268-1611  
石川県金沢市二ツ寺町ハ30-14  
http://katsurakisyo.com/

QRコード

**36584**



**3D Washable Mask**

スポーツウエア素材を試し、装着感の高い形状に設計。吸湿速乾性が高く、肌触りの良いニット素材を採用。機能性を高めるため「マスクシート」を挟む構造。白、ネイビー、グレー、黒の4色。問い合わせは下記まで。

1枚1,500円(税別・送料別)  
マスクケース、マスクシート2枚付

株式会社 ハマノクリエーション  
TEL.03-6658-8901  
東京都墨田区亀沢1丁目21番7号 パークレイ両国102号  
https://www.afn.jp/shop/36584

QRコード

**36596**



オンライン・ヨガやピラティスを身近に

ヨガやピラティスを受けるのに、メイクをして服を着替えずにでもよい時代です。オンラインでレッスン始めませんか!  
月曜日19時半〜20時「呼吸のヨガ」。金曜日21時半〜22時「おやすみピラティス」。

初回500円(税込)  
4回2,000円(税込)

sugaopilates(すがおピラティス)  
TEL.090-7579-1074  
香川県高松市須ノ町  
https://www.sugao-yoga.com/index.html

QRコード

**36619**



「未来の人間に贈りたい 人と人との心の育てる詩集」


教育の現場で40年。経験を重ねてきた著者ならではの含みのある味わい深い言葉に、温かく励まされる一冊。  
小林幹治(著) 発行/文芸社 四六判・116頁 1,100円(税込)

小林幹治  
TEL.050-3539-0144  
大阪府大分市原新町11-27

小林幹治 本

QRコード

**36553**



手軽にマイスペースを!  
**《リベラ×リベル》**

簡単3ステップの組み立てで、あなただけの空間を持ち運びも便利なパーテーションの登場です。壁の角度が90度ではなく外に広がっているため、窮屈に感じない!お子様の勉強スペース等にもおすすめです。

1,750円(税別) 850円(税別)  
リバーシブルで使えるカラフルなデザイン

リベル 株式会社  
TEL.058-325-8852  
岐阜県各務原市須賀町7丁目278番  
https://www.liber-liber.net/

QRコード

**36625**



心と身体を軽くするサロン

銀座のクラブなどで香りのコンシェルジュとして活躍するサロン「香燭」。布マスクを快適にするアロマスプレーをはじめ、御神水スプレーやアロマカーディフューザーなどご用意。施術後の身体の軽さ大好評。

カーディフューザー  
1個4,110円(税込送料別)

香燭  
TEL.080-3359-1022 [Instagram]hasebeerika  
新潟県新潟市江南区早苗2-518-1  
https://www.instagram.com/hasebeerika/

QRコード

**33551**



シニアのための家庭学習「ももも倶楽部」

楽しみながらできる計算や読み書き、教養やアートなどの内容で、1か月30枚のプリント。脳を活性化させることで、認知症予防につながります。自宅に郵便で届くので、お気軽です。月謝740円(税込)送料別

プリント学習社  
TEL.0120-141486  
岐阜県岐阜市加野6-35-23  
https://www.momomocub.com/

QRコード

**36617**



簡単に目標達成できる「言語化力」を身につける

個人コーチングでは、オンラインにて、目標達成を阻んでいる思考を「ことば」から見直し、それぞれの資質をいかせるサポートをしています。個人事業主、会社員、主婦と幅広く活用頂いています。

個人向けコーチング体験セッション  
60分11,000円(税込)

株式会社 ことば研究室  
TEL.050-1153-5984  
神奈川県横浜市港北区海防町  
https://kotobalab.co.jp/personal\_coaching/

QRコード

**36583**



ヨーロッパの歴史への感動がそこにあった  
**「モンバルナステ朝食を」**  
フランス留学とヨーロッパの旅  
松谷 蒼一郎(著)  
発行/22世紀アート  
Kindle版・206頁  
定価/1,000円(税込)

松谷 蒼一郎  
TEL.050-3539-0238  
大阪府大分市原新町11-27

アマゾン 松谷 蒼一郎

QRコード

**36623**



正確な遺産分割を仲介  
有効な遺言書作成助言

相続を円満に進める為のサポートで声価を高めている気鋭の弁護士。相続の基本となる遺言書、法定相続、遺産分割協議に対応。遺産相続に必要である様々な手続きを的確に進めていきます。

本間 謙  
本間綜合法律事務所  
TEL.03-6906-5153  
東京都練馬区早宮2-17-37  
https://honma-law.net/

QRコード

**36607**



「ふりむいて 真理子」

作者の娘、野間口真理子さんは22歳の若さで突然天国に旅立った。本書は彼女を愛した家族や友人がかけがえのない思い出を綴った追悼集。  
発行/22世紀アート  
Kindle版・254頁  
定価/800円(税込)

野間口 至(著)・野間口 徹子(著)  
TEL.050-3539-0238  
大阪府大分市原新町11-27

アマゾン 野間口 至

QRコード