



暮らす めいと

より良い人生の
パートナー

●concept

東京新聞読者の生活情報紙

配布エリアは 1 都 7 県

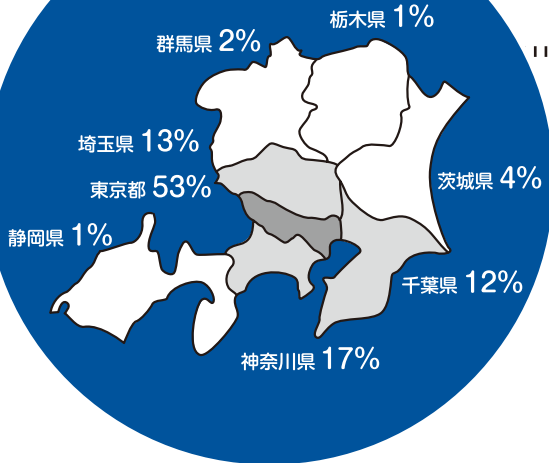
読者を意識した読ませる編集内容

健康、お金、住まい、防災、介護、旅行などの暮らしに役立つ情報誌です。
特集記事をメインとし、手元に置いておきたい旬の情報を届けます。
首都圏のシニア世代をターゲットとする企業・クライアント様にぴったり、
お勧めです。

東京新聞



配布エリア



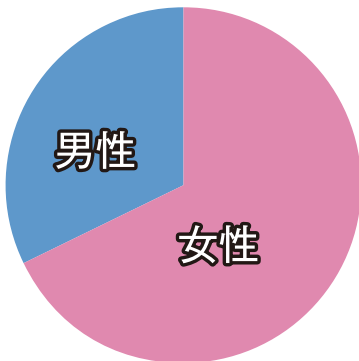
●outline

- 発行部数 — 約 **365,000** 部 ※2021年4月現在
- 発行日 — 毎月中旬から配布
- 配布エリア — 首都圏
(東京都・神奈川県・埼玉県・千葉県・茨城県・群馬県・栃木県・静岡県)
- 配布方法 — 東京新聞(朝刊)折り込み ※一部手渡し
- 体裁 — タブロイド判・8ページ(オールカラー)
- 創刊日 — 2008年10月

※新聞休刊日等の都合により、発行日に変更になることがあります。あらかじめご了承ください。

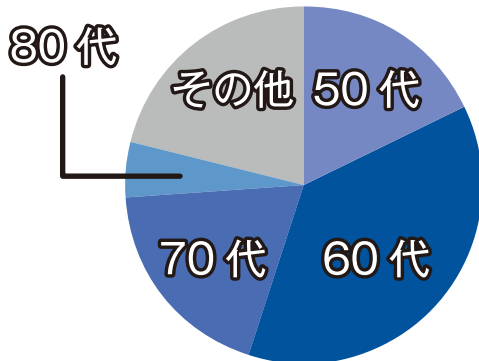
●読者 data ※グラフデータは読者アンケートにより抽出。

男女別



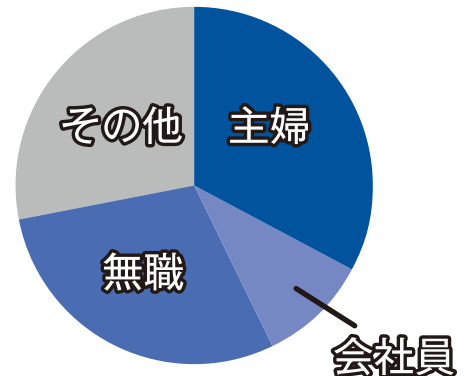
女性 … 68% 男性 … 32%

年齢別



50代 … 18% 80代以上 … 5%
60代 … 37% その他 … 21%
70代 … 19%

職業別



主婦 … 33% 無職 … 68%
会社員 … 10% その他 … 32%

広告掲載料金表

2024年4月現在

掲載スペース	サイズ タテ×ヨコ(mm)	掲載料金
1面(カラー)		
題字横	33.5 × 58	¥ 48,000
全 2 段	71 × 244	¥ 300,000
終面(カラー)		
全 5 段	183.5 × 244	¥ 480,000
中面(カラー)		
全 3 段	108.5 × 244	¥ 300,000
全 5 段	183.5 × 244	¥ 400,000
全 10 段	371 × 244	¥ 600,000

※事前に枠の調整が必要です。担当者までご相談下さい。 ※掲載料金には、消費税は含まれておりません。

※掲載料金には、制作料金は含まれておりません。 ※他の広告サイズをご希望の場合はご相談ください。

▶ 広告制作料金 (基準)

■ ディスプレイ広告・・・1段あたり ¥10,000～

※上記制作料金は基準となる設定です。内容によって異なります。

※上記制作料金には、消費税は含まれておりません。

広告掲載についてのご案内

▶ 広告のお申込みについての諸事項

- 広告掲載の際には必ず「広告掲載申込書」をご提出ください。
- 初めのお取り引きの場合は、原則として前金でお願いします。
- お申込み後の広告掲載中止はキャンセル料をいただきます。
- 企画広告によっては広告料金が異なる場合があります。

▶ 広告掲載についての諸事項

- 弊社の編集・発行媒体は広告スペースを紙面全体の30%までを原則としております。
- 掲載する広告は中日新聞広告掲載基準に基づきます。
- 広告掲載の内容については、入稿日の1週間前に審査用原稿をお送りください。
- 中日新聞及び発行元が不適切と認めたものは広告掲載をお断りする場合があります。
- 記事広告として扱われる広告については、広告スペース内の右上部もしくは左上部に「広告」クレジットを必ず入れる必要があります。
- 本紙にご出稿された広告における商品、サービス、システムに関しての責任は負いかねますのでご了承ください。
- 広告掲載ページの位置指定は、原則として出来かねますのでご了承ください。
- 掲載紙は1広告主に5部ご用意させていただきます。5部以上必要な場合はお申し込み時にご相談ください。
- 弊社で承った制作物に関して、2次使用をする場合は申込み時にご相談ください。

原稿入稿について

詳細は「[中日新聞入稿ガイド](#)」及び「[新聞広告デジタル制作ガイド N-PDF ver.1.2 \(2019\)](#)」参照。

下記よりダウンロードしてください。

〈中日新聞入稿ガイド〉 <https://adv.chunichi.co.jp/guide/print-guide/>
〈新聞広告デジタル制作ガイド〉 https://www.jaaa.ne.jp/2012/06/n_pdf/

■ 入稿可能データ

macintoshまたはwindowsで作成した
PDF/X-1a:2001設定のPDFデータまたは
N-PDF形式のPDFデータ

※入稿の際には①PDF原稿 ②プリフライトレポート ③出力見本PDFの3点をセットにして入稿してください。
※出力見本PDFには発行月、掲載号、媒体名、サイズ、クライアント名、広告会社名を必ず記載してください。
※入稿前にプリフライトチェックを確認し、エラーのない状態で入稿してください。

- Illustrator・配置画像共に**プロセスカラー(CMYK)**でカラー設定してください。RGBカラー、特色(DIC)は使用しないでください。

- 外枠の囲いケイは線の位置を内側に設定して、広告サイズからはみ出さないようにしてください。**フォントは全てアウトライン化**してください。

- Illustratorで配置する画像は**リンクにせず、埋め込んで**ください。

■ 配置画像について

CMYKカラーモード、画像解像度は**300~350dpi**でEPS保存してください。

画像のインキ総使用量(CMYK総計) 250%以下にしてください。

データ
入稿方法 入稿アドレス:kurasumate@santsu.com
入稿後確認連絡: 03(5847)8920(媒体部)

お申込み 媒体部宛FAX:03(5847)8922
又は上記入稿アドレスまでお送りください。

広告のお申し込み・お問い合わせは、こちらまでご連絡ください。



<https://www.kurasumate-santsu.com>

東京支社 / 〒103-0006 東京都中央区日本橋富沢町 8-7 (サンビル 3 階)
Tel.03(5847)8920(代) Fax.03(5847)8922

編集 / 暮らすめいと編集室



社 名 株式会社モスデザイン研究所
本 社 〒107-0052 東京都港区赤坂 5-4-8 荒島ビル 2 階
電 話 03-3584-0892
F A X 03-3505-2147
ホームページ <http://www.mosdesign.co.jp>

暮らすめいと 発行スケジュール

〈2025年〉

	発行日	原稿入稿日
4月発行 (5月号)	4月21日	4月1日
5月発行 (6月号)	5月19日	4月25日
6月発行 (7月号)	6月16日	5月27日
7月発行 (8月号)	7月21日	7月1日
8月発行 (9月号)	8月18日	7月29日
9月発行 (10月号)	9月15日	8月26日
10月発行 (11月号)	10月20日	9月30日
11月発行 (12月号)	11月17日	10月28日
12月発行 (1月号)	12月8日	11月18日

〈2026年〉

	発行日	原稿入稿日
1月発行 (2月号)	1月19日	12月24日
2月発行 (3月号)	2月16日	1月27日
3月発行 (4月号)	3月16日	2月24日

お申込みは随時お受けいたします。

※予定が変更になる場合がございます。

※年末年始、ゴールデンウィーク、お盆などは
進行スケジュールが通常月と違いますので
ご注意ください。

お願い

入稿の際は前出の「ご入稿について」をご確認いただき、間違いのないデータでご入稿ください。
また、①N-PDF原稿 ②プリフライトレポート ③出力見本PDFの3点に漏れがないよう、
お願いいたします。

※N-PDFデータの作り方については後のページ「PDF作成について」にてご確認ください。

データ
入稿方法

【入稿アドレス】
kurasumate@santsu.com
【入稿後確認連絡】
TEL.03(5847)8920(媒体部)

お申込み
お問合せ

【媒体部宛】
FAX:03(5847)8922
又は左記入稿アドレスまでお送りください。

広告のお申し込み・お問い合わせは、こちらまでご連絡ください。



東京支社 / 〒103-0006 東京都中央区日本橋富沢町 8-7 (サンビル3階)
Tel.03(5847)8920(代) Fax.03(5847)8922
<https://www.kurasumate-santsu.com>

PDF 作成について

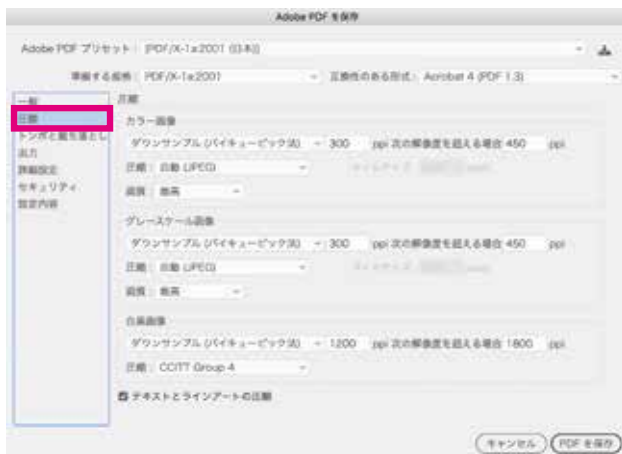
● Illustrator の場合

PDF プリセットを「PDF/X-1a:2001」にして書き出してください。



圧縮パネル

※数値は触らずそのまま OK です



トンボと裁ち落としパネル

※チェックが全て外れているか確認



出力パネル

※設定のままです OK です



詳細設定パネル

※設定のままです OK です



セキュリティ内容パネル

※設定のままです OK です



設定内容パネル

※設定のままです OK です



画像データの作成

◆新規作成時の注意点

●カラーと解像度の設定

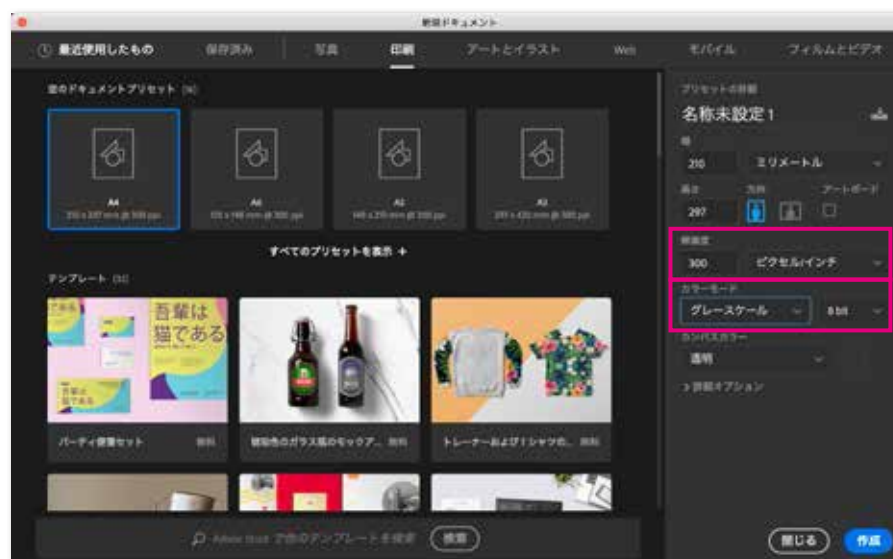
カラー画像を制作するときは「CMYK モード」、モノクロ画像を制作するときは「グレースケールモード」で制作し、適切な画像解像度に設定してください。

実画像データで、画像解像度は 300 ～ 350dpi でお願いします。

※ CMYK モードの場合



※グレースケールモードの場合



●カラー画像の UCR（タック値）設定

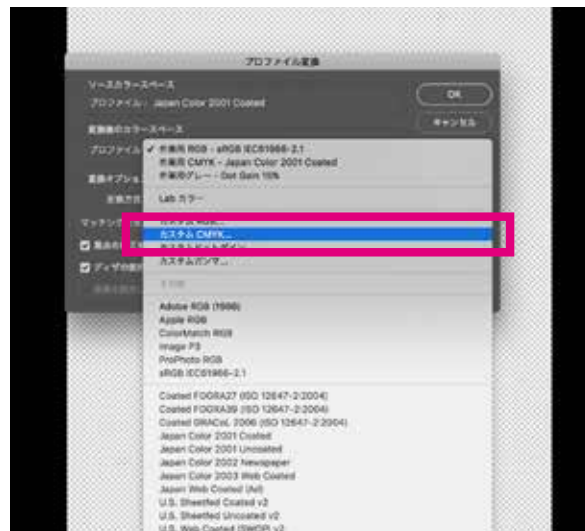
カラー画像の色分解設定、UCR 設定は印刷再現に大きな影響があります。インキの総使用量は 250% 以下にしてください。CMYK カラー設定は、「編集」→「カラー設定」→「CMYK」→「カスタム CMYK」より指定。

※ UCR とは CMY を同比率で指定されている部分を K 版に置き換えるもので、CMY3 色の総インキ量を抑えるために設定します。

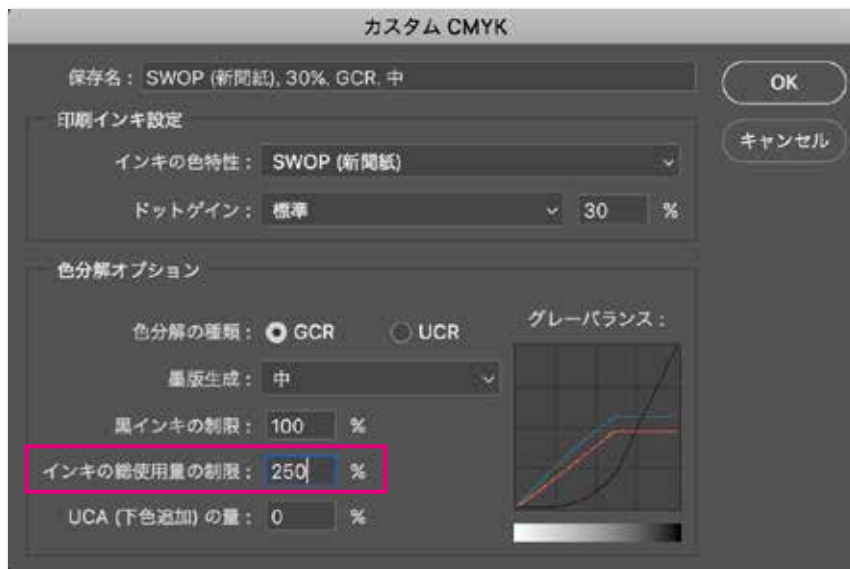
①カラー設定を選択



②カスタム CMYK を選択



③インキの総使用量の制限を 250%にする



◆配置画像について

●画像のプロファイル

「埋め込まれたプロファイルの不一致」ダイアログが表示された場合、「埋め込まれたプロファイルを破棄」を選択してください。



●カラープロファイルは埋め込まない

ICC プロファイルを埋め込むと画像の色が正しく再現できません。絶対に埋め込まないでください。



チェックが外れていることを確認→

◆配画像の保存方法

●画像ファイルの保存

Photoshop EPS 形式または PSD 形式で保存。

「プレビュー」は TIFF (8bit/pixel)

「エンコーディング」は ASC II 85

をお願いします。

また、その下の全ての項目

「ハーフトーンスクリーンを含める」

「トランスファ関数を含める」

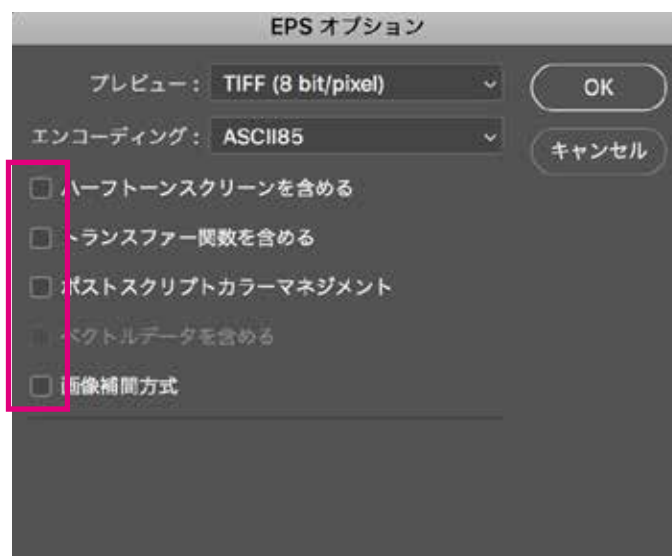
「ポストスクリプトカラーマネージメント」

「ベクトルデータを含める」

「画像補間方式」

全てのチェックボックスのチェックが外れているか確認してください。

チェックが外れているか確認 →



◆レイアウトデータに関して (PDF、Illustrator、InDesign)

- アートボードは原稿サイズ以上で作成
- 不必要なオブジェクトは削除する
- モノクロはグレースケール
カラーは CMYK
それ以外のカラーモードは使用しない
※その他のカラーモード、DIC や特色は不可です。使用している場合は CMYK に直してください。

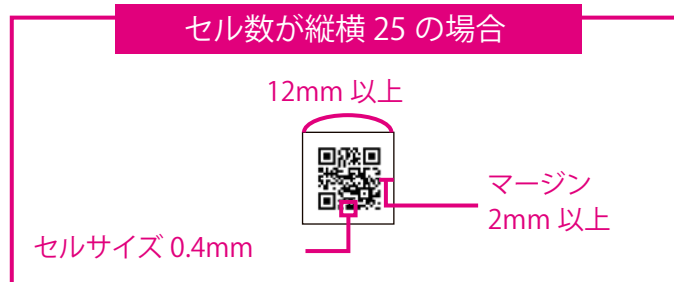
◆QR コード使用時の注意事項と推奨設定

QR コードは読み取る側の携帯電話のタイプや、用紙や印刷方式などによって読み取りに支障が出る場合があります。また、QR コード作成アプリケーションの質や、コード内容に含まれる文字数によってセル(下図参照) の大きさも異なります。読み取りができるように QR コードの作成基準にしたがって制作していただくようお願いします。

- セルサイズ (右図参照) の大きさを 0.4mm 以上に設定
セルサイズの小さな QR は読み取りに支障が出る場合があります。最低でもセルサイズを 0.4mm 以上にしてください。
- 掲載時の QR コードの大きさ (実寸)
セルサイズが 0.4mm 以上になる大きさにしてください



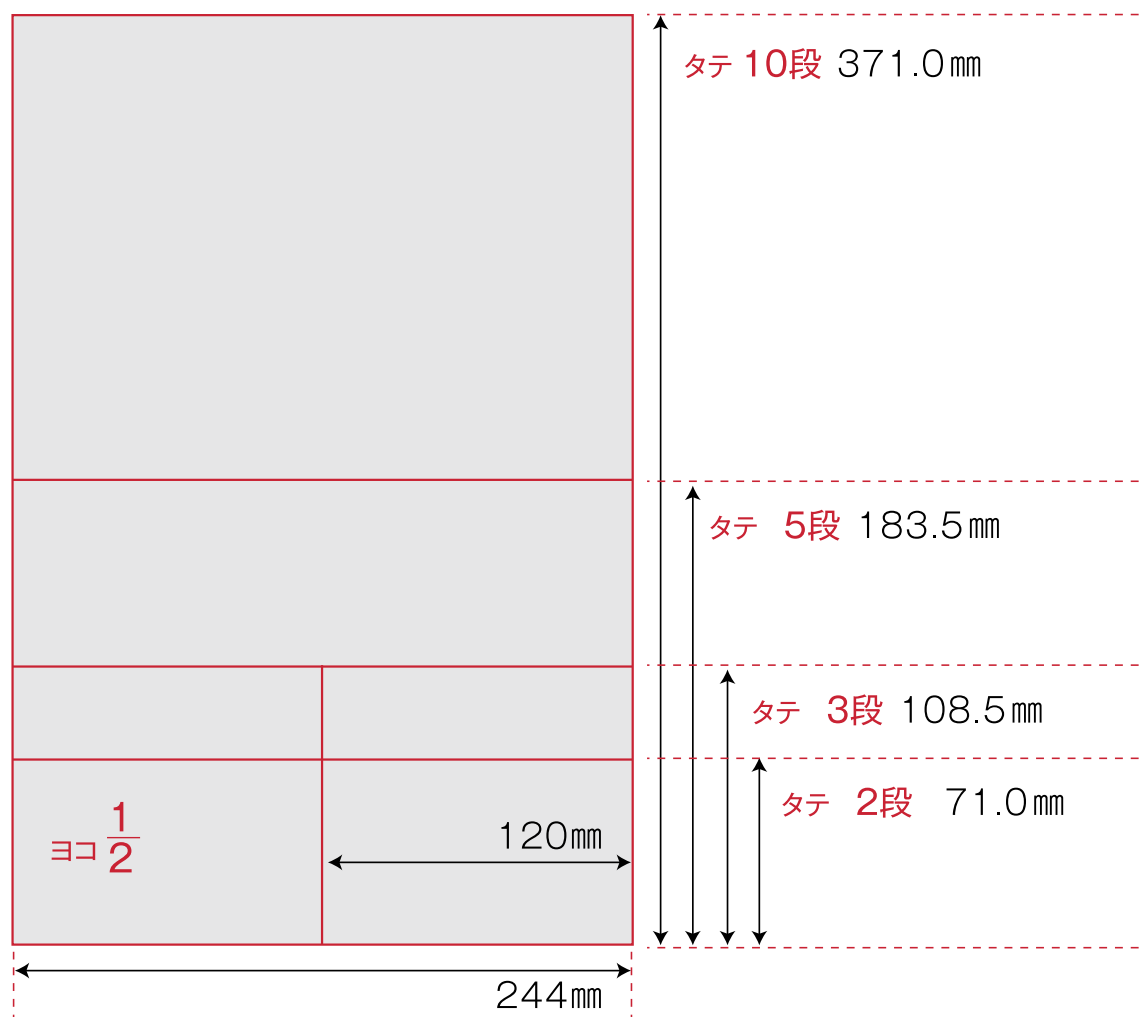
白黒の正方形■をセルと呼ぶ



- QR コードのカラーモードは 原則グレースケール
原則グレースケールでお願いします。4 色の QR コードを使用したい場合は、大きさを最低 30mm 以上にしてください。版ズレが起きた時、読み取れないおそれがあります。
- 上下左右のマージン (クリアスペース) は 2mm 以上

広告サイズ

1段あたりのスペースを広く設定した、見やすく読みやすい10段組です



● 広告についての諸注意

- ・色見本は出ませんのであらかじめご了承ください。
- ・入稿の締切について、データ入稿の際には**早めの入稿**をお願いします。
- ・万が一入稿が遅れた場合は**遅滞料を頂く場合がございます**のでご注意ください。
- ・入稿後の訂正は弊社では一切行いません。ご了承ください。
入稿データに不備がある場合や訂正などが生じた場合は**再度データ入稿**をお願いします。
- ・データ・原稿の返却は発行後の返却となります。もし早期の返却をご希望される場合、あらかじめご連絡をお願いします。