



Cover Model 本田 翼
Photo 柴田フミコ
Stylist 佐藤里沙(bNm)
Hair&Make 犬木 愛
Cover Design 鈴木菜小美

日経WOMAN

9 Cover Interview 本田 翼さん

18 Features

頑張らなくても
年間30万円以上浮く!

暮らしを整えるだけで、
お金が貯まりだす!

どん
どん



20 年100万円以上貯めている人の
暮らしの整え習慣

【財布を整える】

- 28 貯め上手になった人の財布の中身&整え方
- 30 ラクして貯まる「財布の新常識6」
- 32 おしゃれ&機能的! 「貯まる人」に近づく春財布BEST8

【食材を整える】

- 34 月1万5000円以下! 食費上手なシングル・ひとり暮らしのヒミツ
- 36 伝説の家政婦・志麻さんの食材をムダにしないプロの技31

【クローゼットを整える】

- 40 最小限のアイテムの着回し&収納テクを公開!
ムダ買しない人の「制服化ルール」

【洗面所を整える】

- 44 洗面所をスッキリ見える化 「トヨタ式」片づけルール

【家計を整える】

- 46 横山光昭さんの「ブラック家計」の貯まる化カウンセリング
- 50 お金の仕組みを整えて「ホワイト家計」になる!
- 52 頑張りすぎは逆効果!? 疲れる節約vs.疲れない節約
- 56 使いすぎないコツを伝授! 便利で楽しいキャッシュレス生活
- 60 特別支出の年間計画表を作れば、家計プランが安定する!
- 62 「暮らしを整える」30日間チャレンジで、ラクに貯まる私に!





ミスだらけ、
信頼ゼロ…



●ご注意 本誌掲載記事の無断転載を禁じます。また無断複写・複製(コピー等)は著作権法上の例外を除き、禁じられています。購入者以外の第三者による電子データ化は、私的使用を含め一切認められておりません。詳しくは当社著作権窓口(電話03-6811-8348)へご照会ください。日経BP社

※記事掲載の価格は原則、消費税8%を除く税抜き表記としています

76 情報に踊らされず、「賢く生かす人」になる!

仕事がデキる人の情報収集24時

- 78 ヒットをつくる人の情報の集め方5ルール
- 80 水野学さんが極意を伝授 “センスのいい人”になるための情報との付き合い方
- 82 情報を味方にする人はいつ何をみている? 「情報ツウ」なあの人の24時間
- 86 私たちの“情報源”コレです!
- 88 情報に踊らされる人と賢く生かす人の分かれ道



92 13人に1人!? あなたの周りに必ずいます

LGBTQ

知っておくべき10のこと

107 失敗からV字回復できる人はここが違った!

「ダメな私」の抜け出し方

- 108 カーリング女子五輪メダリスト・本橋麻里さんに聞く! 失敗から学んだ強いチームづくりの7つのルール
- 110 「ダメな私」から脱却した働き女子の極意
- 114 失敗がキャリアの糧になる人vs.ならない人の境界線
- 116 ミスをV字回復させる! 振り返りノート術
- 118 私の忘れられない失敗&学んだこと



Regulars

- 11 気になる彼女の1ページ 谷 咲月さん(ふるさとと心を守る友の会 代表理事)
- 69 47都道府県発! 働き女子の自己投資ライフ
- 71 知って得するお金のギモン 「4月から有休の年5日取得が義務化! 今月の質問 いつでも自由に休めるようになるってホント?」
- 122 池上彰×増田ユリヤ 世界史で「今」が丸分かり! 現代ニュースのキーワードLIVE 第7回 「そして誰もいなくなった…」
- 126 People Special ムロツヨシさん(俳優)
- 129 人生の景色が変わる本
- 138 読者アンケート
- 139 読者プレゼント
- 142 WOMAN'S TALK
- 144 リレーエッセイ 妹たちへ 奈良橋陽子さん(キャスティング・ディレクター、演出家) 第2回

