

まるごと、食べごと。



# ukatama うかたま

## 広告媒体資料

『うかたま』は、食べものの神様、宇迦御魂神（ウカノミタマノカミ）にあやかり、古くから日本ではぐくまれてきた食の知恵や暮らしのあり方を受け継いでいきたい、そんな思いから、名づけた誌名です。

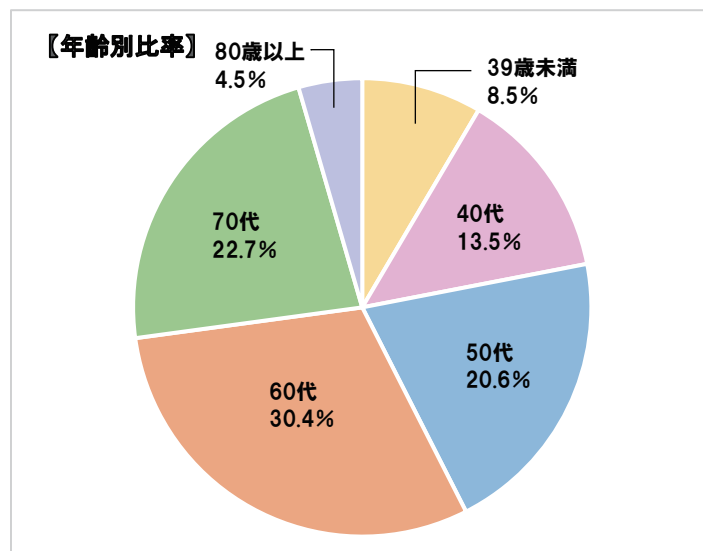


創刊	2005年12月5日
定価	880円（税込） ※2023年秋号より価格改定
版型	A4変形平綴じ
総ページ数	124ページ
発行形態	季刊（3・6・9・12月）発売
発行	一般社団法人 農山漁村文化協会（略称 農文協）
発行部数	70,000（直販 20,000 書店 50,000）部

## 読者対象

40～50代の現役世代、60～70代の子育てや仕事が一  
つと段落した世代の読者が全体の8割を占めています。

家族や子どものために丁寧な暮らしをしたい、  
第二の人生として新たなことに挑戦してみたい  
と考えるゆとりのある層に購読いただいています。



料理好きで、発酵食、  
調味料など手づくり  
できるものはなんでも  
挑戦してみたい

子や孫に伝える  
昔ながらの家庭料理、  
地方の郷土料理  
に関心がある

マクロビオティック、  
オーガニック食品  
などナチュラルな食  
に興味がある

住まいや着るもの、  
エネルギーなどの  
暮らし全般を  
手づくりしてみたい

農家、農村の暮らし  
に関心があり、積極的に  
つながりを持ちたい  
と考えている

うかたまの読者は、子どもや家族、自身の健康、環境や社会のために、  
少しでも“日々の食べること”にこだわり、  
自分のライフスタイルにあった良質な情報を求めています。

# 編集方針

コンセプトは「まるごと、食べごと」。  
食事の支度、料理をすることだけでなく、  
食のまわりにある暮らしすべてを  
なるべく自分の手でつくり、楽しみたい。



ちょこっと干すが  
いい感じ



身近なススキで  
ほうきづくり

①

読者の「やってみたい」という気持ちを  
掻き立てる誌面づくり

- ・ シンプルな材料でつくるわかりやすいレシピ
- ・ ちょっとの工夫で新しい発見のある食べ方提案
- ・ 手間がかかりそうな料理の簡単アレンジレシピ
- ・ 衣、住についても取り入れられそうな自給記事

②

自給的な暮らしを楽しむ「農家」に  
暮らしの知恵や技を学ぶ

- ・ 旬の素材、季節感を生かした企画
- ・ 農村じゃなくてもできる暮らしのヒント
- ・ 食の背景にある「農」の現場のレポート
- ・ 昔ながらの郷土料理を再現性のあるレシピに

かつては、毎日の食事をととのえることが、暮らしそのものでした。

田畑で作物を育てること、野菜のくずを集めて土に戻すこと。

今は、ほとんど自分でやらなくても生きていけますが、

やっぱり「自分の力で生きていける知恵とスキル」は持っておきたい。

日々自然と向き合い、創意工夫にあふれた農家・農村の暮らしから

「自給する力」を読者と一緒に学んでいきます。

## 【広告料金表】

掲載面	色数	スペース	サイズ (天地×左右mm)	料金 (円)
表 4	4C	1P	258×198	600,000
表 2	4C	1P	275×210	500,000
表 3	4C	1P	275×210	480,000
巻頭記事対向	4C	1P	240×174 * 枠付きスペース	420,000
巻頭記事対向	4C	1/2P	116×174 * 枠付きスペース	230,000
巻頭記事対向	1C	1P	240×174 * 枠付きスペース	220,000
巻頭記事対向	1C	1/2P	116×174 * 枠付きスペース	120,000
記事中見開	4C	2P見開き	275×420 * ノドに注意	850,000

(税抜価格)

\* 見開きの原稿の場合、ノド（センター左右 10 mm ずつ）が見づらくなることを考慮してください

\* 製作費は別途ご請求申し上げます

## 【入稿】

- ◇ 入稿データは、①原稿データ②出力見本③データ仕様書の 3 点セットでご用意ください。
- ◇ 印刷はオフセットです。
- ◇ ポジ原稿は 175 線で製版してください。
- ◇ 製本で切れないよう、文字・ロゴ等は仕上り寸法より 10 mm 以上内側に配置をお願いします。

## 【広告進行スケジュール】

申込締切は発売日の 45 日前、入稿データ締切は発売日の 35 日

一般社団法人 農山漁村文化協会  
普及企画グループ 広告係 谷口・伊藤・木村・北村・小沼  
〒335-0022 埼玉県戸田市上戸田 2-2-2  
TEL : 048-233-9346 FAX : 048-299-2812