

平野由希子さん、阿部絢子さん、佐伯チズさん etc.  
それぞれの世代、業界で活躍する大人の女性たちから教わりました  
『女ひとりの楽しい暮らし方』

様々な女性のライフスタイルを提案してきた株式会社オレンジページ(東京都港区)は、これからの女性がシングルライフを自分らしく豊かに楽しむ道先案内となる『女ひとりの楽しい暮らし方』を、2月25日(木)に発売。食、住まい、日々の暮らしのヒントを写真と文章で綴った一冊です。



『女ひとりの楽しい暮らし方』



佐伯チズさん

平野由希子さん

## お手本は、ONもOFFも輝いている大人の女性たち！

平野由希子さん(料理研究家) 谷島せい子さん(フードコーディネーター)

小波田えまさん(漫画家・イラストレーター)

容子ルイスさん(グラフィック&プロダクトデザイナー)

阿部絢子さん(生活研究家) 滝澤幸子さん(作家・トルコ研究家)

佐伯チズさん(美容家)

<このリリースに関するお問い合わせ先>

〒105-0004 東京都港区新橋 4-11-1 株式会社オレンジページ

広報室 遠藤 press@orangepage.co.jp Tel 03-3436-8421 Fax 03-3436-8434 【1/2】

## ひとりだからこそ楽しい！ シングルライフをポジティブに暮らすための一冊

本書には、様々な理由からシングルでの生活を選択した7人の女性たちが登場。ライフスタイルを確立して、仕事も人生も楽しむ皆さんに、毎日をアクティブに生き生きと過ごすための秘訣やこだわりを伺いました。大事にしたい食のこと、住まいのこと、そして日々の暮らしのことについて、料理、雑貨、インテリア、ファッションなどのたくさんの写真とともに紹介しています。



写真左／「季節感を尊び、旬を感じる」暮らしを心がける佐伯チズさん宅の〈はすの花〉のあしらい

写真中央／部屋ごとに掃除道具を置き「いつでもすぐに手に取れる」を実践する阿部絢子さん

写真右／容子ルイスさんが、30歳のころ、同僚とサンフランシスコで買い集めた1940～60年代の「GE」のプレミアム品

これからもひとりと決めているわけではないけれど、  
ここのところ長らくは、結婚はしたくないという気持ちが優勢です。

友人もたくさんいるし、パートナーもそのときどきで。

寂しいと思ったことはないです。

ひとり暮らしだけど、ひとりぼっちじゃないから。

ひとりの時間が大切ですし、ひとりのほうが自由だなんて、今は思っています。

～料理研究家・平野由希子さん～

### 『ちょっぴり寂しくてもやめられない！ 女ひとりの楽しい暮らし方』

～お金、家、病気、保険 etc.プロに聞くひとり暮らしのライフデザインも掲載！～

2月25日(木)発売 本体 1200円(税別)

<http://www.orangepage.net/books/1058>

A5判、アジロ、カバー付き、総ページ 132ページ

<このリリースに関するお問い合わせ先>

〒105-0004 東京都港区新橋4-11-1 株式会社オレンジページ

広報室 遠藤 [press@orangepage.co.jp](mailto:press@orangepage.co.jp) Tel 03-3436-8421 Fax 03-3436-8434

【2/2】