



press release

# 朝日新聞

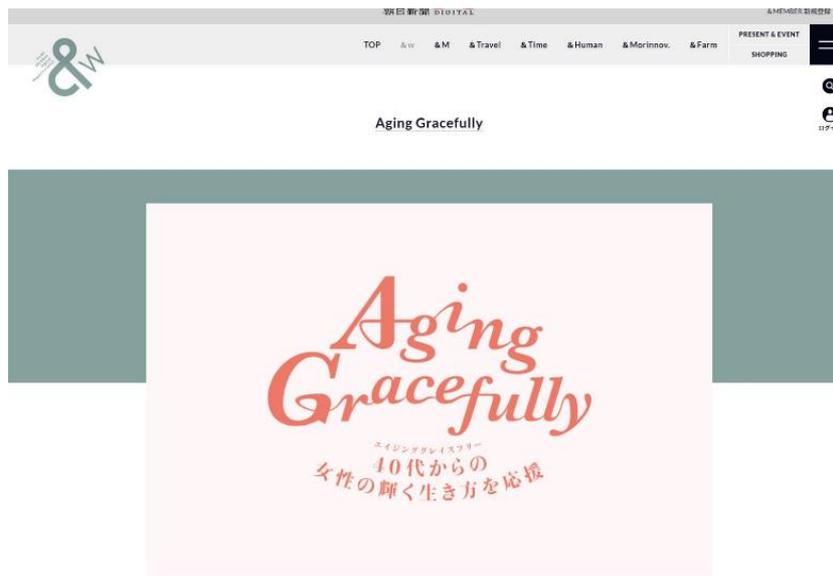
朝日新聞社 〒104-8011 東京都中央区築地 5-3-2

〈報道関係のみなさま〉

## 40代50代女性の輝く生き方応援！ Aging Gracefully プロジェクトサイトが朝日新聞デジタルマガジン &[and] に引っ越しました

株式会社朝日新聞社(代表取締役社長:角田克)は、40代50代女性の輝く生き方を応援するプロジェクト「Aging Gracefully(エイジンググレイスフリー、以下 AG)」のサイトを、「朝日新聞デジタルマガジン &[and]」(以下「&」)の中に移行。7月から記事が「&」の中で読めるようになりました。

<https://www.asahi.com/and/serialstory/aginggracefully/>



「&」は朝日新聞社が手がける代表的なデジタルメディアの一つです。「&」の中に移ることで、より多くの方々に AG の考え方を知っていただくとともに、「40代50代女性」という明確なターゲットにアプローチする特性を生かして、「&」をますますパワーアップさせていきます。

### ■「Aging Gracefully プロジェクト」とは？

「エイジンググレイスフリー」とは、「優雅に年を重ねる」という意味。仕事に家庭に介護にと忙しく、更年期の体の変化が起こるなど、悩みの多い40代50代の女性(「AG世代」と命名しました)の女性たちが輝く

&gt;

contact

〈お問い合わせ〉

朝日新聞社

メディア事業本部・ライフスタイル部

[agproject@asahi.com](mailto:agproject@asahi.com)



press release

# 朝日新聞

朝日新聞社 〒104-8011 東京都中央区築地 5-3-2

生き方を応援するプロジェクトです。2018年に宝島社の雑誌「GLOW」、朝日広告社との3社協業プロジェクトとして始まり、今年7年目を迎えました。

## ■今年度のテーマは「MeTime」

今年度のAGは「Me Time」というテーマを前面に出し、とにかく忙しいAG世代に、少しでも自分の時間を持つことを呼びかけています。「母でもなく、妻でもなく、女でもない『わたし』を大切にする」ことがAGプロジェクトの理念の一つですが、実際は家事や育児、親の介護に追われ、職場では責任ある仕事を任せられ、地域でも周りから頼られる中で、自分自身を見失いがちです。そんなAG世代が一日に10分でも自分の時間を設け、今まで後回しにしていた「わたし」を取り戻せるように、みなさんと一緒に取り組んでいきます。

## ■人気のコラムが「&」で読めます

・美容に無頓着な坂本真子編集長が、専門家に効果的なケアを覚えてもらう「AG女子のテキトー美容『叱られ塾』」

<https://www.asahi.com/and/serialstory/ag-shikarare/>

・「パンツが似合わなくなった」など、AG世代が直面するおしゃれの悩みを解決する「植村美智子の『AGおしゃれコンシェルジュ』」

<https://www.asahi.com/and/serialstory/ag-michikouemura/>



・今年度の「AGフレンズ」を務める産婦人科専門医・高尾美穂さんのコラム「自分の人生は自分で変えるまず行動を」

<https://www.asahi.com/and/article/20240327/424624412/>

## ■AgingGracefully プロジェクトリーダー/編集長:坂本真子



朝日新聞記者として主にポピュラー音楽を取材。2021年12月からAging Gracefullyプロジェクトリーダー／編集長。経歴を生かしてミュージシャンに年齢を重ねることの楽しみ方や更年期の悩みなどを取材したコラム「坂本真子の『音楽魂』」が人気。

<https://www.asahi.com/and/serialstory/ag-musicsakamoto/>

&gt;

contact

〈お問い合わせ〉

朝日新聞社

メディア事業本部・ライフスタイル部

[agproject@asahi.com](mailto:agproject@asahi.com)