

— 働く私に“ちょうどいい” 等身大メディア —

Cityliving

Media Guide

2026年度



サンケイリビング新聞社

<https://ad.sankeiliving.co.jp/>

オフィスに、そっと届く。毎日を少しでも豊かにするメディア



1984年の創刊以来、シティリビングは働く女性の日常に寄り添いながら信頼とともに読み継がれてきました。

「会社にある」「自然と手に取る」存在として、オフィスの中に小さな発見や共感を届けています。

多様な価値観が広がる今だからこそ、同じ空間で働く人たちに“共通の話題”を生み出す存在へ。シティリビングが会話のきっかけとなり、オフィスの空気や関係性を柔らかくつないでいきます。

デジタルでは届ききらない想いを、紙だからこそまっすぐに。

確実に手元へ届く“プッシュ型メディア”として、働く女性一人ひとりに自然な接点を生み出しています。

シティリビングは、ブランドの価値を無理なく生活者へと届ける信頼のコミュニケーションメディアです。

都心で働く、信頼性の高い読者層

東京・丸の内・大手町を中心とした大手企業に勤める、日々の仕事や社会と真摯に向き合う“確かなバックグラウンドを持つ社会人女性”がシティリビングの読者です。

安定した基盤の上で、自分らしい生き方や働き方を模索する地に足のついたリアルな「東京で働く女性」たち。

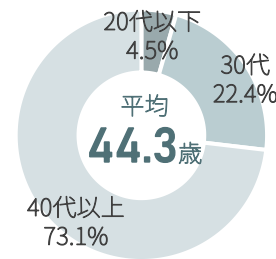
情報に対しても、感覚だけでなく納得感を大切にする傾向があります。

また、年齢や職種、価値観の異なる人たちが集うオフィスで手に取られるメディアだからこそ、特定の誰かに偏らない、多様性を内包した読者層を形成。

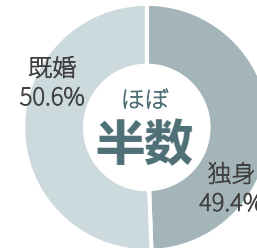
一人ひとりにとって“どこかに自分ごととして受け取れる情報”がありながら、ときに自分の外側にあるテーマに触れることで、他者への理解や思いやりを育むきっかけにもなっています。

読者データ／読者はこんな人たち

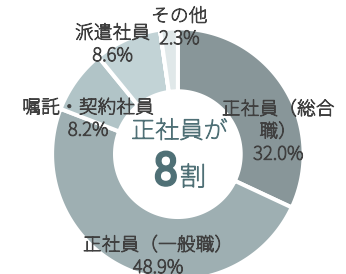
年齢



未婚



雇用形態



退社時間

18:15

原則出社勤務

81.9%

昨年の有休取得日数

11.6日

年収

465.3万

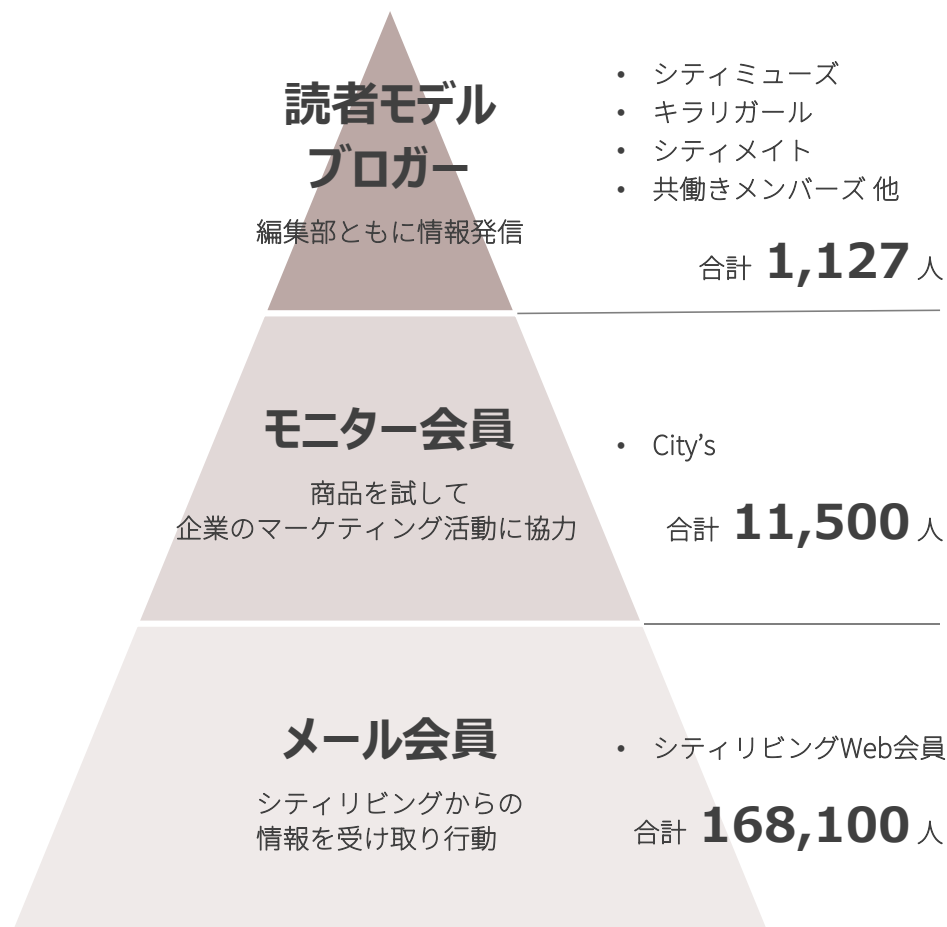
毎月自由に使えるお金

7万円

貯蓄額

750万円

シティリビング読者組織



シティリビングの強みは、読者との距離の近さ。

単に情報を届けるだけでなく、
読者が“参加し、行動する”ところまでを含めて
成り立つメディアです。
一方的に発信するのではなく、読者の声やリアクションが
次のコンテンツへとつながっていく。
その積み重ねが、信頼と共感を育んできました。

シティリビングは、読者に寄り添いながら、
ともに育ち、ともに創り上げていく存在。
40年にわたり続いてきたこの関係こそが、他にはない価値です。

こうした関係性を支えているのが、
読者と直接つながる「読者組織」の存在。
リアルな声と行動データをもとに、
より確度の高いコミュニケーションを実現しています。

読者の声

社内でも男女問わず、シ
ティリビング記事を基に会
話をしている従業員を多く
みかけました。自宅でも家
族とこの記事についてい
ろいろ話しました。

自分がアンテナを張ってい
なかったものや、SNSで得
られないような新しい商品
やサービス、情報を知る
良いきっかけになっていま
す。

普段ほとんど話さない別の
部署の人とも職場でのサン
プリングを通じて会話の
きっかけになることがうれ
しいです。試してよかった
ものは買ったり、リピート
しているものもあります。



30代／東京



30代／東京



30代／福岡

シティリビング

創刊 1984年5月

発行エリア 主要都市5エリア 東京／横浜／名古屋／京都／大阪

5エリア合計 314,246部（21,578オフィス）

発行部数	エリア	東京	横浜	大阪	京都	名古屋
	配布部数	110,696	46,530	70,261	39,450	48,309
	オフィス数	5,647	2,219	5,885	3,501	4,399

発行日 金曜日付 水・木曜日配布 ※一部エリアは異なる

配布方法 許可を得たオフィスへの配布 ※一部設置あり

体裁 タブロイド判オールカラー

信頼によって支えられる、独自の配布ネットワーク

- 創刊から40年以上かけて構築された、独自の配布ルート
- オフィスという生活導線の中で、自然に手に取られる仕組み
- 各配布先オフィスには“お世話係”が存在
 - － 毎号確実に受け取り、同僚へ配布
 - － 人を介することで、確実性と信頼性の高い接点を実現
- 配布先企業には独自の審査基準を設定
 - － 読者環境の質を担保
- “ただ配る”のではなく、“確実に届き、読まれる”ことまで設計

Point

- オフィスに無料でお届け。昼休みや休憩時にオフィスで、持って帰って自宅で読まれるメディア
- 全国5都市で発行、各地に編集部を持つため地域に密着した情報を発信
- 全国11,000人超の読者コミュニティをプロモーションに活用
- 各種アンケートで広告効果の検証が可能



配布先オフィスによって、デスク上に配布されたり、共有スペースのラックに設置されたり、配布方法はさまざまです

※画像はイメージ



編集方針

シティリビングでは、読者にとって本当に役立つ情報を届けるため、
広告主と読者の間に立つ“第三者の視点”を大切にしています。

記事の主語を広告主ではなく編集部に置くことで、一方的な訴求ではなく、
客観性と納得感のある情報として発信。

読者にとって信頼できるかたちで情報を届けています。

—— 記事の種類 ——

編集記事

編集部がテーマを設定し、独自
に企画・制作する記事。特集や
連載などを通じて、読者の関心
や時流に沿った情報を発信。

※ 広告と連動した特別企画（コラボ
レーション）としての展開も可能

ペイドパブリシティ （記事型広告）

広告主の情報をもとに、編集部が
構成・取材・執筆を行う記事。
第三者視点で編集することで、読
者にとって理解しやすく、有益な
情報として伝える広告体裁。

ディスプレイ広告 （純広告）

広告主から提供いただいた広告
原稿をそのまま掲載する広告枠。
ブランドや商品・サービスの世
界観やメッセージを、自由度高
く表現できる。

ペイドパブリシティ（記事型広告）

「読者に役立つ情報を広告主との間に入りお届けする」第三者の目線からの紹介記事を徹底。主語を広告主ではなく編集部にすることで、より客観的に、読者に有益な情報としてお届けしています。

廣告掲載例

>> 商品毛二夕一企画告知

「スカルプD ボーテ メディカルエスโตรロジ スカルプセラミ」モニター500人募集

“女性ホルモン”に着目 太く、抜けにくい髪へ

頭皮環境のケアは

6ヵ月以上が継続のカギ

女性特有のゆがみは、髪や頭皮にも影響しています。その時の頭皮環境に着目した薬用育毛剤をつくるぜんぶ。スカルプDのボーテ「メディカルエスโตรロジ スカルプセラミ」は、美しい髪のためだけでなく頭皮ケアでも女性ホルモンのケア、バランのケアが、

れた髪は、毎日の積み重ねが定着。まずは月単位でみる。

女性ホルモン
成分配合①

女性のホルモン成分「エチナルエスโตร
オール」を配合。頭皮環境を整え、

育毛、発毛を促す。

① 育毛・発毛促進ホルモンを刺激する

② 育毛環境を整える

豆乳発酵液②
配合

③ 育毛環境を整える
④ 頭皮環境を整える
⑤ 頭皮環境を整える
⑥ 頭皮環境を整える
⑦ 頭皮環境を整える
⑧ 頭皮環境を整える
⑨ 頭皮環境を整える
⑩ 頭皮環境を整える

⑪ 頭皮環境を整える

⑫ 頭皮環境を整える

⑬ 頭皮環境を整える

⑭ 頭皮環境を整える

⑮ 頭皮環境を整える

⑯ 頭皮環境を整える

⑰ 頭皮環境を整える

⑱ 頭皮環境を整える

⑲ 頭皮環境を整える

「スカルプD ボーテ メディカルエスโตรロジ スカルプセラミ」

① 育毛・発毛促進

② 育毛環境を整える

③ 育毛環境を整える

④ 育毛環境を整える

⑤ 育毛環境を整える

⑥ 育毛環境を整える

⑦ 育毛環境を整える

⑧ 育毛環境を整える

⑨ 育毛環境を整える

⑩ 育毛環境を整える

⑪ 育毛環境を整える

⑫ 育毛環境を整える

⑬ 育毛環境を整える

⑭ 育毛環境を整える

⑮ 育毛環境を整える

⑯ 育毛環境を整える

⑰ 育毛環境を整える

⑱ 育毛環境を整える

⑲ 育毛環境を整える

⑳ 育毛環境を整える

㉑ 育毛環境を整える

㉒ 育毛環境を整える

㉓ 育毛環境を整える

㉔ 育毛環境を整える

㉕ 育毛環境を整える

㉖ 育毛環境を整える

㉗ 育毛環境を整える

㉘ 育毛環境を整える

㉙ 育毛環境を整える

㉚ 育毛環境を整える

㉛ 育毛環境を整える

㉜ 育毛環境を整える

㉝ 育毛環境を整える

㉞ 育毛環境を整える

㉟ 育毛環境を整える

㊱ 育毛環境を整える

㊲ 育毛環境を整える

㊳ 育毛環境を整える

㊴ 育毛環境を整える

㊵ 育毛環境を整える

㊶ 育毛環境を整える

㊷ 育毛環境を整える

㊸ 育毛環境を整える

㊹ 育毛環境を整える

㊺ 育毛環境を整える

㊻ 育毛環境を整える

㊼ 育毛環境を整える

㊽ 育毛環境を整える

㊾ 育毛環境を整える

㊿ 育毛環境を整える

㊿ 育毛環境を整える

㊿ 育毛環境を整える

㊿ 育毛環境を整える

㊿ 育毛環境を整える

㊿ 育毛環境を整える

㊿ 育毛環境を整える

㊿ 育毛環境を整える

㊿ 育毛環境を整える

[illegible]

>> イベント開催告知

上記のほか、広告主の希望にあわせてさまざまな手法での展開が可能

>> 商品告知（読者登場型）

[illegible]

約40年、オフィスで働く女性に寄り添ってきた「シティリビング」が、 多様化する共働き世帯のリアルな悩みに応える特別メディア

Cityliving & Life

シティリビングだから見えてきた
“共働き女性のリアル”

- ✓ 仕事と家事・育児を両立し、
毎日時間に追われている
- ✓ 家庭の悩みは職場では相談しづらい
- ✓ 情報収集したいが、
自宅ではゆっくり調べる時間がない
- ✓ 「今の暮らし」を少しラクにする情報がほしい



仕事だけではなく、“暮らし”をテーマに、
読者の生活課題を解決する情報をお届け

媒体特長

- 年4回発行（6・9・12・3月）
- 東京・大阪エリア
- 紙 × Webで情報を展開
- 共働きメンバーを活用した調査・座談会・商品体験なども実施可能

主なテーマ

家事・時短／子育て／マネー／住まい／防犯／美容・健康／家電・生活サービス など

読者の声（抜粋）

／ 出社時に読み、続きを自宅で！パートナーに見せている人も ／

結婚し共働き夫婦として生活を共にはじめたのですが、家事に割く労力や時間はなるべく減らしたいので、おすすめアイテムの情報はとても為になりました。また他の共働き夫婦エピソードなどとても共感できる部分も多く嬉しかった。（20代）

記事を読んですごくためになったし、旦那さんともシティリビングと一緒にみて今後お金について話し合っていきたいと思います。（30代）

他の共働きの方なリアルな話や、共働きに役に立つ情報が詰まっていて最高。職場では未婚の女性もいるので、なかなか話しづらいこともあるから、助かる。このまま続けてほしい。（20代）

社内でも男女問わず、この記事の基に会話をしている従業員を多くみかけました。自宅でも家族とこの記事についていろいろ話しました。（30代）

紙面掲載料金

エリア名		配布オフィス数	配布部数	1頁	3/4頁	1/2頁	1/4頁	1/8頁
東京		5,647	110,696	2,000,000	1,500,000	1,000,000	500,000	250,000
横浜		2,219	46,530	1,000,000	750,000	500,000	250,000	125,000
大阪・神戸		5,885	70,261	1,400,000	1,050,000	700,000	350,000	175,000
京都		3,501	39,450	700,000	600,000	400,000	200,000	100,000
名古屋		4,399	48,309	1,000,000	750,000	500,000	250,000	125,000
首都圏セット	東京/横浜	7,866	157,226	2,865,000	2,160,000	1,440,000	720,000	360,000
関西圏セット	大阪/京都	9,369	108,711	2,000,000	1,600,000	1,060,000	530,000	265,000
東京・大阪セット	東京/大阪	11,502	180,957	3,250,000	2,460,000	1,640,000	820,000	410,000
東京・大阪・名古屋セット	東京/名古屋/大阪	15,901	229,266	4,200,000	3,180,000	2,120,000	1,060,000	530,000
首都圏・関西・東海セット	5エリア	21,578	314,246	5,734,000	4,324,500	2,883,000	1,441,500	720,750

- ※ 税別、広告代理店手数料含む金額
- ※ 上記配布部数は、一部設置分を含みます。また配布オフィス数、配布部数は変動します
- ※ 横浜版の上記配布部数は、一部家庭配布（13,280 部）を含みます
- ※ 東京版にご出稿いただいた場合、予告なく同号の横浜版に転載する場合があります。掲載は割付都合によるため、ご希望をお受けすることはできません。なお横浜版に転載不可の場合、事前にお申し出ください

ペイドパブリシティの制作料金

1頁	3/4頁（横のみ）	1/2頁（縦・横）	1/4頁（縦・横）	1/8頁（横のみ）	終面突き出し	写真撮影
200,000	180,000	120,000	60,000	40,000	3,0000	1点20,000～

- ※ 1/8 頁・1/4 頁はフォーマットペイド、1/2 頁以上はデザインペイドになります

広告掲載基本スケジュール

月	火	水	木	金	土	日	
28	29	30	1	2	3	4	申込締切・最終素材入れ（前々週の金曜日16時）
5	6	7	8	9	10	11	取材・写真締切
12	13	14	15	16	17	18	大阪：ペイドパブリシティ・ディスプレイ広告最終入稿（正午）
19	20	21	22	23	24	25	東京：ペイドパブリシティ・ディスプレイ広告最終入稿（正午）
26	27	28	29	30	1	2	配布日 発行付日

※ 工程途中に、祝祭日がある場合は、締切が繰り上がります
※ スペシャル版発行等によりスケジュールを変更する場合があります。詳細は事前にご確認ください。
※ 1/2ページ以上および読者登場型ペイドパブリシティの場合は、特別スケジュール（前倒し）となりますので、申込締切前にご相談ください。

シティリビング工程表

発行エリア	9月				10月		11月	12月		1月		2月	3月		
	9/11号	9/18号	9/25号	9/30号 ※2	10/23号	10/30号	11/27号	12/18号	12/25号	1/22号	1/29号	2/26号	3/12号	3/26号	3/31号 ※2
広告 申込締切	8/12 (水)	8/19 (水)	8/20 (木)	8/28 (金)	9/17 (木)	9/29 (火)	10/28 (水)	11/17 (火)	11/24 (火)	12/15 (火)	12/23 (水)	1/26 (火)	2/8 (月)	2/24 (水)	3/2 (火)
東京版	○※1			○	○		○		○※1	○		○	○※1		○
横浜版				○		○	○		○		○	○		○	
名古屋版							○			※	※	※	※	※	
京都版			○			○	○	○		※	※	※	※	※	
大阪版		○※1			○		○	○※1		○		○		○※1	

※ 1.東京版 9/11号・12/25号・3/12号、大阪版9/18号・12/18号・3/26号はCityliving & LIFEとして発行。詳しくはお問い合わせください。
※ 2. 東京版・横浜版の9/30号はAutumnSpecial号（9/30～配布、10/2号工程、9月計上）、東京版3/31号号はSpring Special号となります。
※ 発行号は事情により変更する場合があります。また、1月以降の名古屋版と京都版は、日程分かり次第随時更新いたします。

<ペイドパブリシティ（記事体広告）の基本条件>

- ・シティリビングのトーン＆マナーに合わせて制作します。
- ・記事内にはロゴ（社ロゴ、商品ロゴなど）掲載しません。
- ・ホームページアドレスは「https://」から表記します。
- ・スタジオや遠方での撮影および再撮影が必要な場合は、別途経費がかかります。
- ・タイアップでモデルや著名人を起用する場合は、別途経費がかかります。
- ・PR表記はお問い合わせ先と社名が必須になります。
- ・事前審査が必須となります。広告審査はサンケイリビング新聞社の基準に準じます。

<ディスプレイ（純広告）入稿方法>

- ・印刷はすべて4色オフセット印刷、解像度2,400dpi、線数175線となります。
- ・広告データはPDF（PDF/x1-a 2001準拠：PSバージョン1.3）での入稿とし、仕様書と原寸大の広告データ出力見本（低解像度のPDFやJPEGデータなど）を添付の上、入稿してください。仕様書は、申込時に担当者よりお送りします。
- ・媒体の体裁上、切れてはいけない写真、社名、マーク、イラストなどは仕上がり寸法から10ミリ以上内側に収めてください。
- ・リビング新聞の印刷再現性について…エリアにより乾燥機（ドライヤー）の無い新聞輪転機によるものであったり、白色度があまり高くなく薄い新聞用紙であったりするため、印刷再現には限界やエリアによるバラつきがあることをご了承ください。
- ・校正は1回とさせていただきます。ご不明点は弊社広告営業担当までお問い合わせください。
- ・事前審査が必須となります。広告審査は産経新聞社の基準に準じます。

<締め切り>

- ・ディスプレイ（純広告）の申込締め切りは発行日から40日前、入稿締め切りは発行日から1カ月前になります。
- ・原則としてペイドパブリシティ（記事体広告）の申込締め切りは発行日から2カ月前になります。

※年末年始、GW、お盆などの時期は特別進行となります。スケジュールについてはお問い合わせください。

<注意事項>

- ・事前審査が必須となります。さらに不動産、健康食品、健康器具、通信販売、エステ、美容院、病院などの広告は、お申し込み時に原稿内容を確認させていただく場合があります（サンケイリビング新聞社広告掲載基準により）。
- ・業種によっては表4など特殊面に掲出できないものがございます。詳細は担当者までご確認ください。
- ・特定面（表2、表3、表4、目次対向など）以外の掲載お申し込みについては、掲載場所のご指定はお受けできません。
- ・特殊な企画広告（規定以外広告）ご希望の場合は、弊社広告営業担当までお問い合わせください。
- ・掲載広告の内容については出稿者が全責任を持ち、著作権の侵害・名誉毀損など、私・法人間の権利問題については、弊社は一切責任をおいしません。
- ・広告原稿の内容や体裁が不適切と思われるものに関しては掲載をお断りすることや掲載号の変更をすることがあります。
- ・純広告原稿などの修正やリサイズなどについては、一切お受けできません。あらかじめ、内容をお確かめの上、ご入稿をお願いします。
- ・ディスプレイ（純広告）およびペイドパブリシティ（記事体広告）申込締め切り日以降の掲載の中止、延期はできません。なんらかの事情により中止する場合は、別途キャンセル料が発生します。事前にご了承ください。
- ・臨時増刷号、ブック・イン・ブック、サンプリングなど、各種企画の詳細や料金等については弊社広告営業担当または、サンケイリビング新聞社の問い合わせメールまでご連絡ください。

シティリビングは、紙媒体にとどまらず、多様な接点で働く女性へアプローチできるメディアです。
実際に“行動する読者”がいるからこそ、広告出稿にとどまらない、継続的で多面的なプロモーションを実現します。



オフィスサンプリング

City's会員のオフィス宛てにサンプル・商品、封書・DMなどをお届け。同僚からの配布により信頼感アップ＆オフィスでの話題化も。
事前に承認を得ることで、男性対象・アルコール商品のサンプリングや、オフィス内の指定場所に商品設置による試用機会創出も可能。

- ×10サンプリング
- オフィスマるごとサンプリング
- パーミッションサンプリング
- オフィス設置プロモーション



イベント企画・運営

シティリビングが長年培ってきた働く女性との接点や読者インサイトを生かし、参加したくなるイベントを企画。メディアでの告知から参加者募集、事務局、当日運営までワンストップで実施。
オンライン・オフライン関わらずさまざまな手法を提案。

- 読者向け商品体験イベント
- マスコミ向けPRイベント
- 保険・マネーセミナー
- 自治体・行政関連イベント
- オンラインセミナー など



モニター・アンケート調査

現状把握のためのWebアンケートをはじめ、グループインタビューやモニターなど、目的に応じて条件にあった対象者をリクルーティング。商品・サービスの課題のあぶりだしや、収集したデータを広告コンテンツとして活用することも可能。

- Webアンケート調査
- グループインタビュー
- デプスインタビュー
- 商品モニター など



公式Webサイト シティリビングWeb

<http://city.living.jp>

都市圏のオフィスにお届けするフリーペーパー・シティリビングの公式サイト「シティリビングWeb」は、働く女性のための情報サイト。美容や健康、恋愛、ライフスタイルなど、身近で役立つ情報をお届けしています。ユーザーと一体感のあるコンテンツで、行動のきっかけと共感を提供します。

● 月間PV

2,300,000

● 月間UU

1,300,000

● メールDM・メルマガ配信数

168,100通

※ 2026年7-9月版数値

Webタイアップ広告メニュー

サンケイリビング新聞社が長年培ったペイドパブリシティのノウハウにより、商品やサービスをユーザー目線でわかりやすく伝え、認知拡大・理解促進に効果を発揮します。※ PC / SP 両対応

広告メニュー	配信区分	料金	想定PV	備考
レギュラータイアップ 掲出期間 4週間	東京	500,000円	4,000 -6,000	〈取材・撮影タイプ〉オリジナルタイアップ記事 【申込締切】掲載開始の30営業日前
	大阪	300,000円	2,500- 3,500	
テンプレートタイアップ 掲出期間 2週間	東京	250,000円	2,000 -3,000	〈素材入稿タイプ〉テンプレートデザイン 【申込・入稿締切】掲載開始の15営業日前
	大阪	150,000円	1,000- 2,000	
PV保証型 レギュラータイアップ 掲出期間 4週間	全国	1,800,000円	2万PV 保証	誘導にはサイト内誘導以外に弊社運用広告を活用（配信媒体など内容は弊社にお任せ）

メールマガジン（HTML）

全国に居住している会員に向けて配信されるメールマガジン内で広告展開。エリアによるセグメントも可能。

料金		配信可能数	想定CTR		配信日時
ヘッダー	記事中		ヘッダー	記事中	
200,000円	140,000円	168,100通	0.2-0.4%	0.1-0.2%	水曜日11時

ターゲティングメール（テキスト／HTML）

各メディアの会員に向けて配信する、1社独占のターゲティングメール。ターゲットユーザーに対して効率よく高いレスポンスが期待できます。

地域	料金	配信可能数	想定CTR	配信日時
全国	800,000円	168,100通		
東京	500,000円	64,200通	1.0%-2.5%	平日10時頃
大阪	250,000円	42,400通		

※ HTML制作費は別途（80,000円／ネット）が必要

※ 属性での絞り込みも可能（その場合は、配信単価：1通あたり10円）

問い合わせ・申込はこちら

サンケイリビング新聞社 <https://ad.sankeiliving.co.jp/>

[東京]

メディアビジネス部

〒160-0023 東京都新宿区西新宿 8-17-1 住友不動産新宿グランドタワー 36階

TEL: 03-4332-7741 (代表)

E-mail: eigyo-sales@sankeiliving.co.jp

[大阪]

ソリューションビジネス部

〒531-6107 大阪府大阪市北区大淀中1-1-30 梅田スカイビル タワーウエスト 7階

TEL: : 06-7639-3150

E-mail: eisokuos@sankeiliving.co.jp