

# 正しい睡眠知識 アップデート！

## メトロポリターナ9月号 都内53駅で配布中

産経新聞社は、さまざまな角度から新しいライフスタイルを提案するフリーマガジン「メトロポリターナ9月号」を東京メトロ駅構内の専用ラックで9月10日（火）から配布しています。

【メトロポリターナ公式サイト】<https://metropolitana.tokyo/ja>



### 【特集】ぐっすり快眠

睡眠は健康の土台。不足すると、仕事や私生活に影響を及ぼす可能性があります。この機会に自分の睡眠を見直してみませんか。ドラッグストア「トモズ」と選んだ快適な夜を過ごすためのアイテムを紹介いたします。

このほか、今年6月にオープンした神戸須磨シーワールドの見どころも紹介します。

### 【配布場所】

メトロポリターナは、東京メトロ上野、銀座、日本橋、新宿、飯田橋、渋谷、池袋、大手町、東京、四ツ谷、赤坂見附、表参道、高田馬場、恵比寿、外苑前、溜池山王、日比谷、八丁堀、有楽町など53駅に専用ラックを設置して無料配布しています。

デジタルブックは公式サイト（下記 URL）からご覧ください。

<https://metropolitana.tokyo/ja>

【発行】産経新聞社

【編集・制作】メトロポリターナプロジェクト

【問い合わせ先】[metro@sankei.co.jp](mailto:metro@sankei.co.jp)

