



食メディア

PEN & SPOON
ペンとスプーン

パートナーガイド | 媒体資料

2026年10月
Pen&Co.株式会社

食メディア Pen&Spoon[ペンとスプーン]とは

Pen & Spoon[ペンとスプーン]（2020年8月創刊）はレシピと食のストーリーが詰まった、小さなブックカフェのような食メディアです。

「40代からの女性によりそう」をテーマに、おもしろみと味わいがあり、サステナブルであることを大切にしています。お菓子や弁当のレシピ、食をめぐるコラムを中心に執筆しています。

自動配信広告は導入せず、無料配信しています。

編集長・多田千香子



朝日新聞記者・編集者として12年勤務したのち独立。著書・翻訳書8冊。パリに2年、インドに7年在住。ル・コルドンブルーパリ校製菓ディプロム取得。



Pen & Spoonの想定読者層

40～60代が中心。食や暮らしにこだわりがある。

食文化や作り手のストーリー、サステナブルな暮らしに関心が高い。

40 代

自分らしい暮らしを楽しむ

忙しくても「私」になれる時間を大切にしたい

50 代

「手間」と「人」に価値を見いだす

情報を咀嚼し、自分の関心を深める

60 代

アクティブに人生を謳歌する

新たな発見にもどん欲で、好奇心旺盛



最新リーチとエンゲージメント（2026年9月実績）

503,300

月間PV

50,070

月間訪問者

43,700

月間UU

**独自の視点・体験だから
人にもAIにも選ばれる**

the**Letter**”

2026年11月より
ニュースレター
theLetterを開始。
より深くつながる
ファンを育てます。

広告・PRメニュー

自動広告の導入ゼロ。読みやすく、読者へ価値がスムーズに届きます。

メニュー	掲載料（税別）	備考
記事内バナー広告	5,000円~/月	・ バナー素材ご提供の場合
PR記事	30,000円~/1本、半永久	・ 取材あり/写真撮影なしの場合
タイアップ特集	80,000円~/3本、半永久	・ 取材あり/簡易な写真撮影込みの場合
PR事務局代行	応相談	・ プレスリリース作成・配信、取材対応 ・ Pen&Spoonでの記事掲載も可能
キャンペーン・ 読者イベント企画	応相談	・ 立案から調整、広報対応、現地取材 ・ Pen&Spoonを活用したPRも可能

- すべてのメニューはSNSで共有します。
- 料金はすべてご相談に応じます。
- SEO対策を目的にした被リンクのご依頼はお受けしておりません。



商 号：Pen & Co.株式会社
(ペンアンドカブシキガイシャ)

英文名：Pen&Co., Ltd.

所在地：101-0024 東京都千代田区
神田和泉町1番地6-16-405

mail@pen-and.co.jp

Phone:070-8335-0262(多田)

URL：<https://pen-and.co.jp/>