

# 梅田 みか

うめだ みか

作家・脚本家。東京にて、作家・故梅田晴夫の長女として生まれる。幼稚園より慶応義塾に学び、慶応義塾文学部哲学科（美学美術史専攻）卒業。卒業後、書籍の編集、ラジオ番組の構成作家を経て、本格的な執筆活動に入る。主に小説、エッセイ、脚本などを手がける。著書に、小説『別れの十二か月』『年下恋愛』『書店員の恋』エッセイ『愛人の掟』シリーズ『思いどおりの恋をする80の方法』『かならず幸せになれる恋のルール』『読むだけで恋愛体質になれる本』『主婦の掟』などがある。『愛人の掟』シリーズは文庫化を含め40万部を越えるベストセラーとなり、不倫に悩む女性たちのバイブルと言われた。独自の恋愛メソッドを確立し、anan、Vivi、BAILA、PINKY、WITH、SPA!、ar、Chouなどの女性誌の恋愛特集でインタビュー、コメントが多数掲載され“恋愛の教祖”、“恋のカリスマ”と評されたことも。一方脚本家としても、連続ドラマ『ハッピーマニア』『お水の花道』『新・お水の花道』（フジテレビ）『もう一度キス』（NHK）『愛人の掟～あなたに逢いたくて』（テレビ朝日）『よい子の味方』『あした天気になあれ。』『CAとお呼びっ!』『美丘～きみがいた日々』『美咲ナンバーワン!!』（日本テレビ）など、多くの話題作を手がける。2006年6月～2008年9月、公式携帯サイト『恋愛の掟EX』をプロデュース。遊びながら恋愛テクニックが身に付く恋愛シミュレーションゲーム『ちょいカレ』を作成。このサイトは『ananBOOK 恋トレ!』として書籍化された。2010年には、梅田みかオフィシャルサイトをオープン。毎週、書きおろしのエッセイを更新。ツイッターや、GREEの公式ブログも毎日更新中。2011年2月からは、原宿・EXラウンジにて『梅田みかの恋愛サロン～あなただけのオーダーメイドな恋のレッスン』（恋愛をテーマにしたカフェ形式のトークレッスン）もスタートした。三十代で結婚、出産、離婚を経て、現在は一人娘をもつシングルマザー。兄は<ウェブ進化論>の梅田望夫。

## 【主な作品】

### ◇ 小説

- 『別れの十二か月』角川書店（1993）
- 『愛された娘』角川書店（1996）
- 『年下恋愛』マガジンハウス（2007）
- 『書店員の恋』マガジンハウス（2008）
- 『幸せの値段』小学館文庫（2016）
- 『エトワール！ 1 くるみ割り人形の夢』青い鳥文庫（2016）
- 『エトワール！ 2 羽ばたけ！四羽の白鳥』青い鳥文庫（2017）
- 『エトワール！ 3 眠れる森のバレリーナ』青い鳥文庫（2017）
- 『エトワール！ 4 白雪姫と小人たち』青い鳥文庫（2018）
- 『エトワール！ 5 キューピッドの約束』青い鳥文庫（2018）
- 『エトワール！ 6 旅立ちのコッペリア』青い鳥文庫（2019）
- 『おもしろい話が読みたい！ チェンジ!』青い鳥文庫（2019）
- 『エトワール！ 7 ジゼルからの挑戦状』青い鳥文庫（2020）
- 『エトワール！ 8 白鳥たちのフェスティバル』青い鳥文庫（2020）

### ◇ エッセイ

- 『あなたが恋を見つける場所』大和書房（1992）
- 『恋人を見つける80の方法』実業之日本社（1997）
- 『愛人の掟』角川書店（1997）
- 『愛人の掟・2』角川書店（1998）
- 『思いどおりの恋をする80の方法』実業之日本社（1998）
- 『愛人の掟・3』角川書店（1999）
- 『さよならが教えてくれる恋のルール』大和書房（2000）

『さよならの整理のしかた』 監修：大和書房（2000）  
『新・愛人の掟〜男のコトバでわかる真実』 角川書店（2001）  
『今からはじめる恋のLesson恋愛AtoZ』 角川書店（2002）  
『好きだから、してあげる 新恋愛体質の条件』 角川書店（2002）  
『かならず幸せになれる恋のルール』 大和書房（2003）  
『読むだけで恋愛体質になれる本』 角川書店（2005）  
『ananBOOK 恋トレ!』 マガジンハウス（2007）  
『主婦の掟』 PHP研究所（2009）  
『運命の男を引き寄せるオンナ・ルール50』 マガジンハウス（2013）

## ◇ 文庫化

『愛人の掟1』 角川文庫（1999）  
『愛人の掟2』 角川文庫（2001）  
『別れの十二か月』 角川文庫（2001）  
『愛された娘』 角川文庫（2002）  
『恋人をみつける80の方法』 角川文庫（2002）  
『あなたが恋を見つける場所』 角川文庫（2003）  
『愛人の掟3』 角川文庫（2003）  
『思いどおりの恋をする80の方法』 角川文庫（2004）  
『彼の本当の気持ちができる恋の言葉』 角川文庫（2004）  
『今からはじめる恋のLesson恋愛AtoZ』 角川文庫（2005）  
『ばらいろ恋愛体質』 角川文庫（2006）  
『風色デイズ』 ハルキ文庫（2012）  
『海と真珠』 ハルキ文庫（2012）  
『書店員の恋』 日経文芸文庫（2013）  
『年下恋愛』 日経文芸文庫（2014）  
『幸せの値段』 小学館文庫（2016）

## ◇ コラボレーション

『T・W・O』 渡辺達生写真集（ワニブックス）（1995）

## ◇ コミック

『半熟卵』 フジテレビ出版（1994）  
『愛された娘』（画・久保田尚子）

## ◇ ノベライズ

『半熟卵』 ワニブックス（1994）  
『愛人の掟 あなたに逢いたくて』 角川書店（2000）  
『あした天気になあれ。』 日本テレビ出版（2003）

## ◇ 脚 本

### 【ラジオドラマ】

『俺たちの時代』（ニッポン放送・ギャラクシー賞受賞）  
『マディソン郡の橋』（ニッポン放送・1980）

### 【映 画】

『花より男子』（東映・1995）VHS・DVD

## 【テレビドラマ】

『恋とはどんなものかしら』（フジテレビ・1994）  
『半熟卵』（フジテレビ・1994）  
『世にも奇妙な物語・友子の長い朝』（フジテレビ・1995）  
『終らない夏』（日本テレビ・1995）  
『輝きを忘れない』（TBS・1997）  
『ハッピーマニア』（フジテレビ・1998）VHS  
『お水の花道』（フジテレビ・1999）VHS  
『別れたら好きな人』（テレビ東京・1999）  
『手塚治虫劇場・ふしぎなメルモ』（テレビ朝日・2000）VHS・DVD  
『愛人の掟 あなたに逢いたくて』（テレビ朝日・2000）  
『もう一度キス』（NHK・2001）VHS・DVD  
『新・お水の花道』（フジテレビ・2001）VHS  
『よい子の味方』（日本テレビ・2003）VHS・DVD  
『愛するために愛されたい』（TBS・2003）  
『あした天気になあれ。』（日本テレビ・2003）VHS・DVD  
『ナースマンがゆく』（日本テレビ・2004）VHS・DVD  
『CAとお呼びっ!』（日本テレビ・2006）DVD  
『美丘～君がいた日々～』（日本テレビ・2010）DVD  
『美咲ナンバーワン!!』（日本テレビ・2011）DVD  
『ゴーストママ捜査線～僕とママの不思議な100日～』（日本テレビ・2012）DVD・Blu-ray  
『オンナ♀ルール～幸せになるための50の掟』（日本テレビ・2014）DVD・Blu-ray  
『花咲舞が黙ってない』（日本テレビ・2014）DVD・Blu-ray  
『37. 5℃の涙』（TBS・2015）DVD  
『花咲舞が黙ってない』（日本テレビ・2015）DVD・Blu-ray  
『正義のセ』（日本テレビ・2018）DVD・Blu-ray  
『白衣の戦士!』（日本テレビ・2019）DVD・Blu-ray  
『カンパニー 逆転のスワン』（NHKBSプレミアム・BS4K・2021）

【NOTTV】 『オンナ♀ルール 幸せになるための50の掟』（2013）DVD・Blu-ray

## ◇ WEBでの活動

『恋愛の掟EX』（2006年6月～2008年9月）  
『梅田みかの恋愛トレーニング』モバゲータウン（恋愛シミュレーションゲーム）  
『恋カレ!』有名人日記（2009年3月～2010年3月）

梅田みかオフィシャルサイト  
梅田みかツイッター  
GREE梅田みか公式ブログ

<http://www.umedamika.com/>  
<http://www.twitter.com/umedamika>  
[http://gree.jp/umeda\\_mika/blog](http://gree.jp/umeda_mika/blog)