

ワンプレート朝ごはんブームの火付け役 人気インスタグラマー山崎佳@keiyamazakiによる 待望の新刊『MORNING TABLE』 2016年7月30日（土）発売

「Instagram」で、2016年7月現在59万人を超えるフォロワーが投稿を楽しみにしている山崎佳（@keiyamazaki）さんのワンプレート朝ごはん。その日々の記録をまとめた、はじめての著書『TODAY'S BREAKFAST』（2014年2月発売）から2年の年月を経て、山崎さんのライフスタイルにも変化が……。そんな日々の歩みをかいま見ることができる新刊『MORNING TABLE』が、2016年7月30日（土）に発売（発行：ジュウ・ドウ・ポウム 発売：主婦の友社）になります。



シンプルに、自然体で、無理をしない
今日も、明日も、明後日も
Today's breakfastは続くから



シンプルに、自然体で、無理をしない
今日も、明日も、明後日も Today's breakfast は続くから
Instagram フォロワー59万人超！
@keiyamazakiさんによる、70日分の朝のテーブル
素材やテーマごとに見る、ワンプレート朝ごはん
続けるよろこび、その工夫と簡単レシピ
ジュウ・ドウ・ポウム

『MORNING TABLE』
著者：山崎佳 定価：本体1480円＋税
発売日：2016/7/30（土）
判型：A5・本文128ページ
発行：ジュウ・ドウ・ポウム 発売：主婦の友社
ISBN：978-4-07-418030-1

料理して、撮影して、食べて、仕事に向かう、そんな朝を、当たり前のように続けてきた山崎佳さん。いまでは育児も加わった彼女の日常で、限られた時間内にその日の気分にあう朝ごはんを作ることは、ある種の息抜き、ささやかな楽しみになっています。

新刊『MORNING TABLE』では、素材やテーマごとに71日分のワンプレートと、簡単レシピを紹介。多くの人々をひきつける、朝の食卓の魅力と、朝ごはんづくりを心地よく続けることができた山崎さんらしい工夫を感じる1冊です。

子どもと一緒に朝ごはん、朝時間の過ごし方、愛用の食器や調理道具、食材について、プレートへの盛りつけや、撮影についてなど山崎さんの日常がかいま見えるコラムも収録。



ベストセラー
インスタグラム発書籍の
さががけとなった一冊

『TODAY'S BREAKFAST』
著者：山崎佳
定価：本体1300円＋税
発売：2014/2
判型：A5・本文128ページ
発売：主婦の友社
ISBN:978-4-07-294088-4

<著者プロフィール>

Kei YAMAZAKI 山崎佳

1983年生まれ、長野県出身。多摩美術大学卒業後、ジュウ・ドウ・ポウムのデザイナーに。仕事の傍ら、2012年より画像投稿SNS「Instagram」にて、自身の朝ごはんを定点観測する写真を投稿し続け、世界中から多くのファンの注目を集める人気アカウントに。一児の母。著書に『TODAY'S BREAKFAST』（主婦の友社）、ZINE「I MAKE BREAKFAST」(ジュウ・ドウ・ポウム)。

この件に関するお問い合わせは、下記担当者までお願いいたします。
発行元：ジュウ・ドウ・ポウム 編集 田島 香子
tashima@paumes.com tel：03-5413-5541
株式会社主婦の友社 広報・宣伝課
pr@shufutomo.com tel：03-5280-7577